

# المأكولات الأندونيسية بالأعشاب الطبية









# S · P · I · C · E · S

and culinary herbs

*As commonly used in professional and gourmet kitchens around the world. Countries listed are points of origin.*



By Tim Ziegler & Brian Keating





Acı Kırmızı Biber  
فلفل أحمر حاد



Çörek Otu  
عشبة الكوك



Dolma Baharı  
بهارات للمحشي



Dolmalık Fıstık  
ستور



İsot Pul Biber  
فليقة سوداء



Karanfil  
قرنفل



Toz Karabiber  
فلفل أسود ناعم



Tane Karabiber  
فلفل أسود حب



Karbonat  
كربونات



Kekik  
زعتر



Kimyon  
كمون



Kıyış  
كزبرة بيضاء



Kuş Üzümlü  
عنب العصفور



Köfte Baharı  
بهارات للفتة



Köri  
كاري



Limon Tuzu  
ملح الليمون



Mahlep  
مستلب



Mavi Haşhaş  
خشخاش أزرق



Mangal Çeşni  
رائحة للمنفل



Nane  
نعنع



Pul Biber  
بهارات فليقة



Tatlı Toz Biber  
فليقة حمراء حنوة



Sarımsak Granül  
توم حبيبات



Soğan Granül  
بصل حبيبات



Sumak  
سماق



Susam  
سمسم



Tarçın  
قرنفة



Yenibahar  
بهارات جديدة



Zencefil  
جذير



Zerdeçal





فلفل حار



جوز الطيب



بصل شالوت



جنزيب خلنجان



كمون



ينسون نجمى



ثوم



جنزيب كونشى



فلفل أسود



قرفة



عشب الليمون سارى



جنزيب



كزبرة



قرنفل



بصل أخضر



جنزيب كنشور



فلفل أبيض



كمبرى



ورق ليمون



كركم



الشمر



حبهان



ورق سلام



زهرة الجنزيبيل



تمر هندى



كلويك - كلواك



سكر نخيل بنى



كاب جاوا





ما هو المطبخ الاندونيسي؟

يوجد في إندونيسيا أكثر من 300 مجموعة عرقية موزعة على 6000 جزيرة مأهولة بالسكان على الرغم من أنها تتكون من 17508 جزيرة. وبسبب ذلك ، فإن المطبخ متنوع للغاية حسب المنطقة. بالإضافة إلى ذلك ، يتأثر أيضًا بالمأكولات الهندية والصينية والهولندية.

الأرز هو الغذاء الرئيسي في إندونيسيا ، باستثناء جزر مالوكو وبابوا الشرقية الإندونيسية حيث الساجو هو العنصر الرئيسي. تؤكل مع الأطباق الرئيسية. يمكن أن تكون الأطباق الرئيسية الدجاج أو اللحم البقري أو التوفو أو التمبيه أو المأكولات البحرية المصحوبة بالخضروات. نظرًا لأن غالبية الإندونيسيين مسلمون ، لا يُستهلك لحم الخنزير عادةً ، إلا في بعض المناطق التي لا يعتبر الإسلام فيها الدين. يستهلك العديد من الإندونيسيين الصينيين منتجات لحم الخنزير بطريقة ما لأن معظمهم ليسوا مسلمين.

يجمع المطبخ الإندونيسي بين العديد من النكهات المختلفة في نكهة واحدة: مالحة وحلوة وساخنة وحامضة وحارة. يحب معظم الإندونيسيين الأطعمة الساخنة والتوابل. ومع ذلك ، فإن بعض المناطق تحبها أكثر من غيرها. يميل مطبخ Padang من جزيرة سومطرة إلى استخدام الفلفل الحار كأحد المكونات. يميل مطبخ جاوة الوسطى إلى أن يكون أكثر حلاوة بإضافة سكر النخيل. التوابل المستخدمة في إندونيسيا هي الكمون والكرم والخولجان والكزبرة وورق الغار والزنجبيل والفلفل الحار والكراث والثوم. تتطلب بعض الوصفات أيضًا استخدام القرفة وجوزة الطيب والقرنفل والشمعدانات. كما يستخدم حليب جوز الهند بكثرة. تستخدم صلصة الصويا الحلوة وصلصة الصويا أيضًا كثيرًا في الطهي بالإضافة إلى البهارات.

هناك العديد من طرق التحضير المختلفة المستخدمة: الشوي ، القلي السريع ، القلي ، السلق ، والبخار. طرق التحضير الشائعة هي القلي ، القلي السريع ، والسلق.

أشهر الأطباق الإندونيسية هي ساتيه الدجاج ، ولحم البقر ، وناسي جورينج (أرز مقلي) ، وغادو-غادو (خضروات مع صلصة الفول السوداني) ، وباكمي جورينج (نودلز مقلية). أصبحت بعض الأطباق (لحم البقر ريندانج) شائعة في ماليزيا وسنغافورة بسبب هجرة الإندونيسيين إلى هذين البلدين





أشهر 10 أعشاب في إندونيسيا وفوائدها المذهلة  
يستخدم Jamu مئات الفواكه والأعشاب والتوابل ، والتي تزرع جميعها تقريبًا محليًا في إندونيسيا. فيما يلي أكثر 10 أعشاب وتوابل شيوعًا مستخدمة في الجمال الإندونيسي وتقاليد العلاج:

#### 1. باللغة الإندونيسية أو الكركم Kunyit

إنه مضاد للالتهابات ومضاد للأكسدة بشكل طبيعي ويساعد على الوقاية من السرطان وأمراض القلب والزهايمر ويمكن أن يحسن أعراض الاكتئاب والتهاب المفاصل.

#### 2. جاههي بالإندونيسية أو الزنجبيل

يساعد على الهضم ، ويعزز فقدان الوزن ، ويخفف الغثيان وغثيان الصباح ، ويخفف من نزلات البرد والإنفلونزا ، ويحافظ على مستوى السكر في الدم ، ويقلل من نسبة الكوليسترول.

#### 3. Lengkuas بالزنجبيل الإندونيسي أو التايلاندي أو الزنجبيل الأزرق

هو جزء من عائلة الزنجبيل ، ويستخدم كمضاد للميكروبات ، ومضاد للفطريات ، ومضاد للطفيليات ، ومسكن ، ومطهر للجروح ، ومنظم لضغط الدم ومنشط للمدفاة ، ويساعد في حالات التهاب المفاصل والروماتيزم.

#### 4. Kencur أو الخولنجان العطري أو الزنجبيل الرملي Kaemferia Galangal ، بالإندونيسية

يساعد في تخفيف نزلات البرد والسعال والصداع والصداع النصفي والانفلونزا وعلاج الأمراض الروماتيزمية وعلاج الربو ويساعد في التخلص من حب الشباب.

#### 5. Temulawak باللغة الإندونيسية أو الكركم الجاوي أو الكركم العملاق

يُعتقد أن الزيت الأساسي في الكركم يحسن وظائف الكلى والكبد ، ومضاد للالتهابات ، ومضاد للأكسدة ، ويساعد في الوقاية من السرطان ، ويعالج فقر الدم.

#### 6. القرفة

غني بمضادات الأكسدة ، وله خصائص مضادة للالتهابات ، ويقلل من مستويات الكوليسترول ، وأمراض القلب وضغط الدم ، ويخفض مستوى السكر في الدم وله تأثيرات قوية مضادة لمرض السكري.

#### 7. جوزة الطيب

يعزز النوم الصحي ، ويقلل من الالتهاب على الجلد بما في ذلك حب الشباب ، ويساعد في علاج مرض الزهايمر والخرف ، ويزيل السموم من الأعضاء ويخفف من حصوات الكلى.

#### 8. تمر هندي

يقلل من نسبة السكر في الدم ، يعالج تساقط الشعر ، يحتوي على نسبة عالية من الفيتامينات والمعادن مثل البوتاسيوم وهو أمر حيوي لجهاز القلب والأوعية الدموية ، مضاد للالتهابات ، جيد لتقليل الآلام في المفاصل والأنسجة الضامة.

#### 9. الهيل

من المحتمل أن يقلل من سرطان القولون والمستقيم عن طريق تعزيز النشاط المضاد للأكسدة في الجسم ، والدورة الدموية ، والتأثير المضاد لمرض السكري ، ويعتقد أن الزيت العطري له خصائص مضادة للاكتئاب ، ويحمي من رائحة الفم الكريهة ، وعلاج للغثيان والقيء.

#### 10. أوراق التنبول

تشتهر هذه الأوراق بتحسين الهضم وتقليل آلام المعدة وعلاج مشاكل الجهاز التنفسي ومنع رائحة الجسم ونزيف الأنف وتخفيف السعال وعلاج الصداع.



## وصفة سامبال

ما هو سامبال ؟: السامبال الإندونيسي هو صلصة الفلفل الحار وأحد أشهر الأطباق الإندونيسية. مزيج من الفلفل الحار وعصير الليمون المنعش والسكر والملح كلها مطحونة بقذائف الهاون ؛ خلق مثل هذه الرائحة والذوق الغامض للأطباق. أصبحت Sambal ، من بين مطاعم إندونيسيا وماليزيا ، عامل الجذب الرئيسي لها ، مع خيارات تشمل المانجو الصغير والفطر والدوريان.

## مكونات سامبال:

6-8 فلفل أحمر

2 فص ثوم

2 سم قطعة زنجبيل

1 جذر عشبة الليمون ، مقطعة شرائح رقيقة من الجزء الأبيض فقط

50 مل خل أبيض

نصف كوب سكر أبيض

قليل من الملح

1 ليمونة مبشورة



## تحضير السامبال:

يقطع الزنجبيل والثوم والليمون ويوضع في الهاون. أضف الفلفل الحار ونصف قشرة الليمون ، واترك النصف الآخر جانبًا لوقت لاحق.

سحق المكونات معًا في الهاون. أضيفي الخل تدريجيًا.

أضيفي قليلًا من الملح وقشر الليمون لإضفاء النكهة مع الاستمرار في تكسير المكونات

تُضاف المكونات المسحوقة إلى قدر ثم تُغلى المقلاة مع مزيج ملعقة خشبية.

بعد الغليان ، اتركه ينضج لمدة 3 دقائق

أضف قليل من السكر مع التحريك

طهي لمدة 10 دقائق على نار متوسطة

أخيرًا ، أضف الجير المبشور لإزالته

يمكن تقديم Sambal ساخناً أو بارداً ، ويفضل أن يكون بارداً ، وهو مكمل لأي طبق تقريبًا

استمتع!



## وصفة ساتيه

ما هو ساتيه (ساتيه)؟ ساتيه هو طبق لحم مشوي مشهور في جميع أنحاء جنوب شرق آسيا. يعتبره الإندونيسيون طبقًا وطنيًا ابتكره الباعة الجائلون وشاعه التجار العرب. تشتهر أسياخ اللحم اللذيذة هذه بالدجاج أو لحم الخنزير ، ولكن يستخدم لحم البقر أيضًا بالإضافة إلى التوفو ساتيه. يتم تقديم ساتيه بشكل تقليدي مع أرز الياسمين أو صلصة الساتيه ، وهي صلصة الفول السوداني الطازجة.



### ساتيه

يخدم 3-6

وقت التحضير: 25 دقيقة ، وقت الخمول: ساعتان ،

مكونات ساتيه:

14-8 أفخاذ دجاج منزوعة الجلد ، مقطعة إلى شرائح رقيقة

10 (6 إنش) أسياخ خشبية ، أو حسب الحاجة ، منقوعة في الماء

3 ملاعق كبيرة. صلصة السمك

2 سيقان ليمون طازج مقطع إلى شرائح

1/4 كوب عصير ليمون طازج لمزيد من النكهة

2 كرات أو 1 بصلة صغيرة مقطعة إلى شرائح (اختياري)

2 ملعقة كبيرة. رحيق الصبار

1 ملعقة كبيرة. صلصة الصويا منخفضة الصوديوم

1 ملعقة كبيرة. زنجبيل طازج مفروم

2-1 فلفل أحمر طازج مقطع إلى مكعبات أو 1/2 ملعقة صغيرة. إلى 1 ملعقة صغيرة. فلفل حريف للنكهة

4-3 فصوص ثوم مفرومة

2 ملعقة كبيرة. زيت نباتي

1/4 ملفوف صغير من نابا ، مبشور (حوالي 3 أكواب)

6 أونصات بازلاء مبشورة

1/2 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون (اختياري)

ملعقة شاي. الكزبرة (اختياري)

### تحضير السيت:

قبل التحضير ، ضع في اعتبارك طعم أعلى جودة : يوصى بصب مكونات التتبيلة فوق اللحم وتقليبها حتى تمتزج. اتركه لمدة ساعتين على الأقل للنقع ، أو أكثر (حتى 24 ساعة) للحصول على نكهة أفضل.

1. نقع الأسياخ في الماء أثناء تحضير اللحم. نقطع الدجاج إلى شرائح رقيقة أو قطع صغيرة وتوضع في وعاء.

2. اخفقي صلصة السمك وعصير الليمون وعشب الليمون والأعاف وصلصة الصويا والزنجبيل والفلفل الأحمر والثوم في وعاء.

3. صب نصف وعاء ماء مالح في طبق خبز ضحل. احتفظ بالربع المتبقي من الوعاء.

4. أضيفي الدجاج إلى التتبيلة في طبق الخبز وغطيه بغلاف بلاستيكي وضعيه في الثلاجة لمدة ساعتين على الأقل. (كلما كان ذلك أفضل)

5. صب ماء مالح محفوظ في وعاء كبير. خفقت مع الزيت النباتي. يُضاف الملفوف المبشور والبازلاء والفلفل : يغطي بالبلاستيك ويوضع في الثلاجة حتى يصبح جاهزًا للتقديم.

6. عندما تصبح جاهزًا للطهي ، ضع اللحم على الأسياخ.

نصيحة: املائي حتى 3/4 السبخ ، واطرك النصف السفلي فارغًا بحيث يكون لدى الشخص الذي يشوي "مقيض" لقلب الساتيه بسهولة أثناء الطهي.

7. شوي على باربيكيو أو قرن منزلي مضبوط على "الشواء" بورق الخبز. ضعي الساتيه بالقرب من عنصر التسخين واقلب اللحم كل 5 دقائق حتى ينضج. (اعتمادًا على مدى رقة اللحم ، يجب أن يُطهى الساتيه خلال 10 إلى 20 دقيقة.)



## وصفة سوتو أيام

ما هو سوتو أيام؟ سوتو أيام هو نسخة إندونيسية من حساء الدجاج. يتم تفتيح مرق اللحم الغني والرائع هذا بالكرم الطازج والأعشاب ، مع نودلز الأرز النحيفة المدفونة في الوعاء. يتم تقديمه عادةً مع بيض مسلوق ، وكراث وأعشاب ، وهو شهى بما يكفي لوجبة.



### مقادير سوتو أيام:

- 1.2 كيلو دجاج
- 2 سيقان ليمون طازج ، كدمات
- 7 كراث ، مفرومة
- 2 1/2 ملاعق كبيرة من الزنجبيل المفروم ناعماً
- 3 ملاعق صغيرة. الكرم المطحون
- 2 ملعقة صغيرة. كزبرة مطحونة
- 2 ملعقة كبيرة. زيت نباتي
- 1 ملعقة كبيرة. عصير ليمون طازج (اختياري)
- 1 ملعقة صغيرة. ملح
- 1 ملعقة صغيرة. حب الفلفل
- 2 بصلة مفرومة
- 4 أوقية من المعكرونة الزجاجية أو نودلز الأرز المجفف الرقيق ، وتسمى الشعيرية
- 1 طماطم مقطعة (اختياري)
- 2 ملعقة صغيرة. بذور الكمون
- 1 كوب حليب جوز الهند (اختياري)

### تحضير سوتو أيام:

ضعي الدجاج في قدر متوسط الحجم مع عشب الليمون وأوراق الليمون (في حالة الاستخدام) والملح وقطعتين. ماء. جلب ليغلي على نار عالية. قم بإزالة أي رغوة وخفض الحرارة حتى يغلي ببطء. يُغلى ويُترك على نار خفيفة حتى ينضج الدجاج ، حوالي 45 دقيقة. تُرفع قطع الدجاج من المرق وتترك جانباً. قم بإزالة أوراق عشبة الليمون والجير وتخلص منها ؛ مخزون احتياطي في وعاء. عندما يبرد الدجاج بما يكفي للتعامل معه ، تخلصي من الجلد والعظام واقطعي اللحم إلى قطع بحجم القضمة. في هذه الأثناء ، يُمزج الفلفل الأسود وبذور الكزبرة وبذور الكمون في محضر طعام صغير. يُضاف أنصاف الكراث والثوم والكرم والزنجبيل ويُخفق المزيج حتى يصبح عجينة سميكة. (أضف القليل من الماء إذا لزم الأمر). سخني الزيت المتبقي في قدر كبيرة على نار متوسطة. يُضاف المعجون وبقية ساق عشب الليمون ويُطهى لمدة 5 إلى 6 دقائق حتى يفقد المعجون رائحته النيئة. تُسكب مرق الدجاج المحفوظة وتترك حتى الغليان. أضيفي الطماطم والجزء الأبيض من البصل الأخضر ، ثم اخفضي النار واتركيها على نار هادئة لمدة 20 دقيقة. يُضاف حليب الدجاج وحليب جوز الهند (في حالة الاستخدام) ، ويُطهى لمدة 3 دقائق. اطبخ النودلز بحسب تعليمات الرزمة يضاف عصير الليمون مع النودلز للتقديم ، قسم النودلز في أوعية شوربة كبيرة. قطع الدجاج المغرفة والحساء فوقها ورش الأعشاب والكراث (المقلية للنكهة).



## وصفة باكسو

ما هو باكسو؟ باكسو هو طبق لذيذ يتخذ أشكالاً عديدة. تتكون كرات اللحم هذه من الدجاج أو اللحم البقري أو لحم الخنزير أو مزيج غير متبلور منها جميعاً. تباع في الغالب من عربات الدفع التي تسمى كاكاي ليما ، يأتي الباكسو مزيّناً بالكراث المقلي والبيض المسلوق والونتون. في إندونيسيا يصنفون هذا الطبق على أنه طعام مريح.

## مكونات باكسو:



- 3 لتر من مرق لحم بقري محلي الصنع
- 5 فص ثوم مهروس
- 1 ساق كرفس
- 1 بصلة خضراء مفرومة
- 1 ملعقة صغيرة سكر
- 1 ملعقة صغيرة فلفل
- قليل من الملح
- ½ ملعقة صغيرة. زنجبيل
- 1 ملعقة صغيرة مسحوق مرق اللحم البقري
- الأفضل أن تخدم مع:
- نودلز البيض أو نودلز الأرز
- التوفو
- عصير الليمون
- بوك تشوي
- أوراق الكرفس المفروم
- بصل مقلي مقطع
- الكراث المقلي
- كيكاب مانيس (صلصة الصويا الحلوة)
- صلصة طماطم
- صوص السمبال الحار

## تحضير باكسو:

قبل التحضير ، يعد معالج الطعام فائدة كبيرة لهذا الطبق ، ولكن يمكنك استخدام يدك لخلطهما إذا لم يكن لديك محضر طعام ، فقط تأكد من خلط جميع المكونات جيداً.

## الكفتة:

نغرم اللحم البقري والثوم والبصل المقلي والبيض والملح والفلفل ثم نضعهم في محضر الطعام. Blitz حتى وردي شاحب يجب أن يكون ناعماً مثل عجينة سميكة جداً.

انقل المكونات المفرومة إلى وعاء.

افعل نفس الشيء مع صدور الدجاج. قطعي صدر الدجاج إلى قطع صغيرة وضعيها في محضرة الطعام وامزجها حتى تصبح ناعمة وطرية.

ضعي في نفس الوعاء مع اللحم البقري

أضف الدقيق والماء. اخلط جيداً.

يُغلى الماء في قدر ويُضاف إليه قليل من الملح.

اصنع الكرات بيدك وأضف كرات اللحم واحدة تلو الأخرى في قدر الغليان. استخدم الملاعق لغرفها وتشكيلها. عندما تبدأ في الطفو ، هذا عندما تنضج كرات اللحم.



وصفة ناسي جورينج  
ما هو ناسي جورينج؟ ناسي جورينج ، وهو "أرز مقلي" ويعرف بالطبق الوطني الإندونيسي. غالبًا ما يتم صنع هذا الأرز المقلي الآسيوي مع صلصة الصويا الحلوة السمكية التي تسمى الكيكاب ومزينة بالأكار والخيار المخلل والجزر.

مكونات Nasi Goreng:



- 1 كوب أرز أبيض غير مطبوخ
- 2 كوب ماء
- رذاذ الطبخ
- 3 بيضات
- 1 ملعقة كبيرة زيت نباتي
- 1 بصلة مفرومة
- 1 كراث مقطع
- 1 فص ثوم مفروم
- 2 فلفل تشيلي أخضر مفروم
- 1/2 رطل من صدور الدجاج منزوعة الجلد والعظام ،
- 1/2 روبيان مقشر منزوع العرق
- 1 ملعقة صغيرة كزبرة مطحونة
- 1 ملعقة صغيرة كمون مطحون
- 3 ملاعق كبيرة صلصة الصويا الحلوة

تحضير ناسي جورينج:  
يُغلى الأرز والماء في قدر على نار عالية.  
يُسطف ويُصقّى ويُورّع الأرز ليبرد.  
يُورّع على صينية خبز ويوضع في التلاجة لمدة ساعتين حتى يبرد.  
رش المقلاة برذاذ طهي غير لاصق ثم سخني المقلاة على نار متوسطة.  
صب البيض في مقلاة ساخنة. اطبخي حتى يبدأ البيض في التماسك ، مع رفع حواف مجموعة البيض للسماح للبيض غير المطبوخ بالتلامس مع المقلاة الساخنة ، لمدة دقيقة تقريبًا.  
اقلب الأومليت في قطعة واحدة واطبخها حتى تمام النضج ، حوالي 30 ثانية. قطعي الأومليت إلى شرائح 1/2 بوصة.  
سخني الزيت النباتي في مقلاة أو مقلاة كبيرة على نار عالية. أضيفي البصل والكراث والثوم والفلفل الحار. يُطهى المزيج مع التحريك حتى ينضج البصل ، من 3 إلى 5 دقائق. أضيفي الدجاج والروبيان والكزبرة والكمون واخلطهم جيدًا. يُطهى ويُحرّك لمدة 5 دقائق تقريبًا.  
يُمزج الأرز البارد وصلصة الصويا الحلوة وشرائح الأومليت ؛ يُطهى حتى يصبح الجمبري ورديًا زاهيًا ولا يتحول الدجاج إلى اللون الوردي في المنتصف ، من 3 إلى 5 دقائق



## وصفة جدو- جدو

ما هو جدو قادو؟ Gado-Gado هو "مزيج مختلط" ، المصطلح غالبًا ما يستخدم لوصف المواقف المختلطة - جاكرتا ، على سبيل المثال ، هي مدينة Gado-Gado. ومع ذلك ، كطعام ، فهو أحد أشهر الأطباق في إندونيسيا ، وهو في الأساس سلطة خضروات مع الفاصوليا الطويلة المسلوقة ، والسبانخ ، والبطاطس ، والذرة ، والبيض ، وبراعم الفاصوليا مع الخيار والتوفو مع صلصة الفول السوداني الأكثر روعة.

### مقادير جدو جدو:

- 400 جرام بطاطس جديدة
- 4 بيضات كبيرة خالية من الدواجن
- 400 جرام من التوفو الناعم
- زيت السمسم
- ملفوف صيني
- 2 طماطم ناضجة
- 1 حفنة من الفجل
- ½ خيار
- 2 حفنة فاصوليا (جاهزة للأكل)
- ½ باقة كزبرة طازجة
- المفرقعات الجمبري ، اختياري
- 1 فلفل حار طازج ، اختياري



### لتحضير الصلصة:

- 1 فص ثوم
- 50 جرام سكر نخيل
- 120 جرام زبدة فول سوداني مقرمشة
- 1-2 فلفل أحمر طازج
- 2 ليمونة
- 2 ملعقة صغيرة صلصة سمك
- 1 ملعقة كبيرة صلصة صويا قليلة الملح
- 1 ملعقة كبيرة تمر هندي

### تحضير Gado-Gado:

افركي البطاطس واطهيها في ماء مغلي ومملح لمدة 15 دقيقة أو حتى تنضج  
قطع البطاطس إلى شرائح  
اسلقي البيض لمدة 6 دقائق  
نقطع التوفو إلى قطع بسماكة 2 سم ويقلّى في رش من زيت السمسم لحوالي 15 دقيقة ، أو حتى يصبح لونه ذهبياً ، ثم يرش قليلاً بملح البحر.  
افرم الملفوف جيداً إذا كنت تريده نيباً أو إذا كنت تفضل طهيه (وهو أمر تقليدي) ، فقم بتقطيعه إلى شرائح بحجم 2 سم وضعها في مصفاة واسكب ببطء غلاية من الماء المغلي فوقها.  
قطعي الطماطم إلى شرائح ، وقطعي الفجل إلى أرباع وقطعي الخيار إلى شرائح  
ضعي جميع مكونات الصلصة في الخلاط ، وقشري الثوم وابشري في سكر النخيل (إذا لزم الأمر) ، ثم مداهمات حتى تصبح ناعمة. و استمتع!  
(اختياري) تقليدياً ، كان عليك أن تأخذ القليل من كل شيء ، وتضعه في وعاء وتسكب الصلصة فوقه.







## وصفة ناسي بادانج

ما هو ناسي بادانج؟ سميت على اسم مدينة ولادتها في سومطرة وهي طعام إندونيسي نقي. عادة ما تكون هذه البهجة عبارة عن أرز أبيض مطهو على البخار مع كاري الكاكايا ، بيض مع صلصة الفلفل الحار ، مذاق الفلفل الأخضر ، واختيار من اللحوم. عادة ما تكون أفضل اللحوم مع الطبق هي لحم البقر والدجاج المقلي وبكر أيام.



### مكونات ناسي بادانج:

2 دجاجة مقطعة إلى 8 قطع (تستخدم 16 أفعادًا)

1 ملعقة كبيرة ملح

عصير 1 ليمونة

3 ملاعق كبيرة زيت

3 خليج

5 أوراق ليمون كافير

400 مل حليب جوز الهند

طحن ما يلي إلى معجون التوابل

100 جرام كراث

4 فصوص ثوم

5-10 فلفل حريف أحمر

2 إنش من الزنجبيل

### تحضير ناسي بادانج:

افركي الدجاج بالملح وعصير الليمون في وعاء للخلط. اتركيه جانباً لمدة 30 دقيقة ، ثم اشطفيه وجففيه.

يُسخن الزيت ويُقلّى معجون البهارات حتى تفوح رائحته ، حوالي 3 دقائق.

يُضاف أوراق الغار وأوراق الليمون الكفيري وحليب جوز الهند والدجاج. دعها تغلي

خففي النار واطركيها على نار هادئة حتى ينضج الدجاج تمامًا وتقليل الصلصة قليلاً.

أطفئي النار وصقي الدجاج واطركي الصلصة جانباً لتتحمى.

سخن شواية الفرن على حرارة عالية لمدة 3 دقائق.

غلف صينية الخبز بورق الألمنيوم.

انقلي الدجاج إلى الصينية المحضرة واشويها حتى يتفحم السطح لمدة 3-5 دقائق لكل جانب. نسقي الدجاج بالصلصة حسب الحاجة.



## وصفة أيام جورينج

ما هي أيام جورينج؟ أيام جورينج ، المعروفة أيضًا باسم الدجاج المقلي ، والتي تحظى بشعبية كبيرة في إندونيسيا ومختلفة تمامًا عن النسخة الأمريكية المقلية. أيام جورينج عبارة عن تتبيلة من الثوم العطري والكركم وعشب الليمون الذي ينقع في هذا الطبق بنكهة استوائية طازجة ، وبضع دقائق فقط في الزيت الساخن (زيت جوز الهند التقليدي) يحافظ على الدجاج ، وينتهي بهشاشة مثالية من الخارج. في جزيرة بالي ، تقوم كل عائلة بصنع تنوعها الخاص من هذه الوصفة ، وتجربة التوابل المحلية لتحقيق مزيج مثالي لذيق. يُستمتع مطعم أيام جورينج تقليديًا بأطباق من الأرز المقلي ، أو تُقلى فوق الخضار المقلية ، أو يتم تناولها طازجة من المقلاة باستخدام أصابعك.



### مقادير أيام جورينج:

2 1/2 إلى 3 أرطال دجاج ، مقطعة إلى قطع

3 أو 4 فصوص من الثوم ، مفروم

1 ملعقة كبيرة كزبرة

2 ملعقة صغيرة كركم

2 ورق غار

رشة ملح وفلفل

2 كوب ماء أو ماء جوز الهند

زيت للقلي

### تحضير أيام جورينج:

في وعاء كبير ، اخلطي الدجاج مع الثوم ، والكزبرة ، والكركم ، وورق الغار ، والملح والفلفل. بردها واتركها في النقع لمدة ساعة على الأقل (ساعات أطول للحصول على جودة أفضل).

يُضاف الدجاج والمخلل والماء أو ماء جوز الهند إلى قدر كبير ويُغلى على نار متوسطة عالية.

خففي الحرارة إلى متوسطة-منخفضة واتركها على نار هادئة لمدة 30 دقيقة ، أو حتى ينخفض السائل وينضج الدجاج.

نرفع الدجاج من القدر ونتركه جانباً ليبرد

سخني الزيت في مقلاة عميقة أو مقلاة أو ووك وأضيفي قطع الدجاج واقليها حتى تصبح ذهبية اللون ومقرمشة من الخارج.

اقلي أي فتات أو قطع مقرمشة من الزيت ورشيها على الدجاج لتزيينها.



## وصفة Bakmie Goreng

ما هو ياكمي جورينج؟ وهي عبارة عن نودلز إندونيسية مقلية تتراوح من العريضة والمسطحة إلى الشعيرية الهشة. يجعل Bakmie هذا الطبق لذيذا للغاية مع شعرية رقيقة بالقلم الرصاص ومقلية مع البيض واللحوم والخضروات. لنجاح وعاء المعكرونة هذا ، يعتمد الأمر على شيئين: تقديمه ساخناً ، مباشرة من مقلاة ساخنة جداً ، وإيجاد بعض صلصة الصويا الحلوة بسمك دبس السكر للحصول على متعة إضافية.



### مكونات Bakmie Goreng:

- 2 صدور دجاج مقطعة مكعبات
- 2 بيض
- 2 ملعقة كبيرة ماء
- 1 رشة مسحوق كركم
- 5 ملاعق صغيرة زيت
- 350 جرام نودلز بيض طازج (ياكمي جورينج) ، منقوع
- 2 كوب خضروات مقلية
- 3 بصل أخضر مقطع شرائح
- 2 فص ثوم مهروس
- 2 ملعقة كبيرة معجون كاري حار
- 3 ملاعق كبيرة مرق دجاج
- 3 ملاعق كبيرة صلصة الصويا الحلوة ABC
- نصف كوب كرات مقلي ، مقلبات
- شرائح الفلفل الحار والليمون على شكل مقلبات

في وعاء ، اخفقي البيض بالماء ومسحوق الكركم  
سخني 1 ملعقة صغيرة زيت على نار متوسطة ومكونات ، اصنعي عجة رقيقة ، لفها وضعيها جانباً.  
سخني 2 ملعقة صغيرة زيت ودجاج على دفعات واطريها جانباً  
يقلى البصل الأخضر والثوم ومعجون الكاري في 2 ملعقة صغيرة زيت حتى تفوح رائحته.  
أضيفي الخضار وقلي لمدة 2-3 دقائق  
أضف الدجاج إلى المزيج  
يُمزج الدجاج مع صلصة الصويا الحلوة ABC ويُقلب.  
أضيفي النودلز وقلي لمدة 3 دقائق.  
أضف شرائح الأومليت وزينها قبل التقديم.



## وصفة جوديج

ما هو جوديج؟ Gudeg هو توقيع مدينة يوجياكارتا الملكية في جاوا ، إندونيسيا. تقليديا ، يكتسب Gudeg اللون البني الداكن من أحد المكونات الغربية وأوراق خشب الساج وكيس الشاي الأسود. يقدم هذا الطبق مع أرز وبيض مسلوق ودجاج وجلد يقري مقلي ومقرمش.



### مكونات جوديج:

- 1 كغ مغلي الكاكايا الصغيرة غير الناضجة
- حليب جوز الهند 200 سم
- 250 سم ماء
- 4 أكياس شاي - شاي أسود
- 6 قطع ورق غار اندونيسي / ورق سلام
- 50 جرام خولنجان
- 2 حشيشة الليمون
- 150 جرام جول ملقا
- 15 قطعة من الكراث
- 10 قطع ثوم
- 8 قطع شمعة
- 15 جرام بذور الكزبرة
- 15 جرام ملح
- 4 بيض مسلوق (بط أو دجاج مقشر)
- 4 قطع دجاج (صدر أو فخذ)

### إعداد Gudeg:

في وعاء ، تُطحن وتُمزج الجولا ملكا ، الكراث ، الثوم ، الشمعدان ، وبذور الكزبرة. حضري قدر وسخنيها على نار متوسطة.

يُمزج القدر بالماء وحليب جوز الهند والتوابل المطحونة وعشب الليمون والملح. قلب ببطء حتى درجة الغليان ، واضبط التوابل حسب تفضيلاتك الشخصية (حواف ملوحة أكثر حلاوة).

ضع هذه المكونات في تسلسل في القدر : أوراق السلم ، الخولنجان ، الدجاج ، الكاكايا ، خليط التوابل الأساسية ، أكياس الشاي ، وأخيراً ، بيض البط المسلوق أو الدجاج المقشر

أغلق الغطاء ، واضبط الحرارة على درجة حرارة منخفضة وانتظر بصبر.

أخرج كيس الشاي بعد 3-4 ساعات الأولى ، ثم استمر في الطهي لمدة 5 إلى 7 ساعات أخرى. كن مستعدًا للاستمتاع!



## وصفة راون

ما هو راون؟ Rawon هو تخصص من جاوة الشرقية ، مصنوع من اللحم البقري مع توابل خاصة تسمى kluwek nut لإضفاء نكهة الجوز ولون أسود عميق. تمتزج قاعدة الحساء أيضاً مع الثوم ، والكراث ، والزنجبيل ، والكرم ، والفلفل الأحمر لإعطائها نكهتها الديناميكية. هذا الطبق يقدم مع أرز أبيض سادة.

### مكونات راون

250 جرام

1 ساق من البصل الأخضر المفروم ناعماً

2 ورق ليمون كافير

2 ورق سلام

1 ليمون عشب ، كدمات

2 سم خولنجان ، كدمات

رشة فلفل

قليل من الملح

6 أكواب ماء

معجون التوابل

5 كراث

3 فصوص ثوم

4 شمعدانات

1 سم زنجبيل

1/2 ملعقة صغيرة كزبرة

1/2 ملعقة كبيرة من مسحوق الكرم

رشة كمون

3 كلويك ، خذ فقط اللحم

2 فلفل أحمر ، منزوع البذور

### تحضير راون:

ضعي اللحم البقري والماء في مقلاة كبيرة واتركيها على نار هادئة حتى تنضج اللحم.

عندما تنضج ، افصل اللحم وقطّعه إلى مكعبات صغيرة. يُعاد إلى المقلاة ويُغلى على نار خفيفة.

اخلطي معجون التوابل.

يُحمى الزيت في قدر ثقيل ويُقلّى معجون التوابل مع عشب الليمون ، الخولنجان ، أوراق السلم ، أوراق الكافير والليمون على نار خفيفة لمدة 3-5 دقائق.

اختياري: يمكنك إضافة مسحوق الفلفل الحار أو مسحوق الفلفل الحلو لمزيد من النكهة.

يُحضّر مزيج التوابل في المقلاة مع لحم البقر ، ويُترك على نار خفيفة لمدة 20 دقيقة. يتبل بالملح والفلفل. قبل أن ينضج ، يرش بالبصل الأخضر ويطهى لمدة 5 دقائق أخرى.





## وصفة Opor Ayam

ما هو Opor Ayam؟ Opor ayam هو إندونيسي ، وخاصة من جاوة الوسطى ، طبق تقليدي من الدجاج المطهو في حليب جوز الهند. يحتوي هذا الدجاج على مزيج من التوابل بما في ذلك الخولنجان والليمون والقرفة وعصير التمر الهندي وسكر النخيل والكزبرة والكمون والشمعدان والثوم والكراث والفلفل. ومع ذلك ، فإنها تظل عنصرًا أساسيًا على الموائد قرب نهاية شهر رمضان ، عندما يتم تقديمها مع كعك الأرز المعبأ.

## مقادير أوبور أيام:

- 1 فلفل هولندي أحمر طازج أو فلفل حريف ، مقطوع ومفرومة
- 6 حبات كراث مقشر ومقطع
- 2 فص ثوم مقشر ومفروم
- قطعة واحدة من الخولنجان الطازج بطول 1-1 / 2 بوصة مقشرة
- 1 قطعة زنجبيل طازج مقشر ومقطع شرائح رقيقة
- 1 ملعقة كبيرة بذور كزبرة
- 1 3 أرطال من الدجاج كامل الدواجن الداكنة ستؤدي إلى طبق ألذ
- 3 ملاعق كبيرة زيت فول سوداني
- 2 قطعة عود قرفة طول كل قطعة 4 بوصات
- 1 ليمون طازج ، كدمات ومربوطة في عقدة
- 5 أوراق ليمون كافير طازجة
- 4 أوراق دون سلام
- 2 كوب حليب جوز الهند المعبأ غير المحلى
- 1 كوب ماء
- 3/4 ملعقة صغيرة ملح كوشير



## تحضيرات أوبور أيام:

سخني الزيت في قدر 3 أو 4 جالون أو فرن هولندي أو قدر شوربة على نار متوسطة منخفضة. اختبار لمعرفة ما إذا كان الزيت هو درجة الحرارة الصحيحة عن طريق إضافة قليل من معجون الأرض. يجب أن يصدر المعجون أزيزًا قليلًا حول الحواف ، لا أن يقلق بقوة أو يجلس بلا حراك. عندما تكون درجة حرارة الزيت صحيحة ، يضاف كل معجون النكهة المطحونة ويقلى مع التقليب كل 10 ثواني أو نحو ذلك لمنع الالتصاق والحرق ، حتى يبدأ المعجون بالانفصال عن الزيت وتتبدد رائحة الثوم الخام والكراث ، حوالي 5 إلى 7 دقائق. أضف القرقة ، وعشب الليمون المقيد ، وأوراق الليمون ، وأوراق السلام (إذا كنت تستخدم) وقلب المزيج مع عجينة النكهة. استمر في التشويح حتى تشم رائحة القرقة بوضوح ، لمدة دقيقة تقريبًا. تصف الدجاج وترفع النار إلى متوسطة. اقلي الدجاج في عجينة النكهة ، وحركه كثيرًا بملعقة كبيرة أو ملعقة لمنع الالتصاق أو الاحتراق. اقلب كل قطعة حتى تقلى في الزيت ، حتى يصبح لونها بنياً ذهبياً ، حوالي 10 دقائق. أضف كوتًا من حليب جوز الهند غير المحلى والماء والملح إلى الدجاج. يقلب جيدًا للخلط ، ومزج عجينة النكهة مع السوائل وكشط من قاع الإناء لإخراج كل أجزاء النكهة الملتصقة بالسطح ، ثم ينضج على نار خفيفة وثابتة. اتركي حليب جوز الهند على نار هادئة مع التحريك من حين لآخر ، حتى ترتفع الدهون من الدجاج وحليب جوز الهند إلى السطح ويصبح الدجاج طريًا ومطهيًا ، لكن دون أن ينفصل عن العظام ، لمدة 40 إلى 50 دقيقة. قد تحتاج إلى خفض الحرارة ورفعها من حين لآخر إذا أصبح الغليان شديد العدوانية. احرص على عدم السماح للسائل بالغليان ؛ من المرجح أن يصبح الدجاج قوامًا وخثارة حليب جوز الهند. تذوق الملح وأضف المزيد إذا لزم الأمر. أضف كوتًا إضافيًا من حليب جوز الهند واتركه يسخن وابدأ في تناول نكهات الكاري ، لمدة دقيقتين تقريبًا. يثري حليب جوز الهند الإضافي هذا الطبق الغني أكثر. إذا كان هناك الكثير من الزيت يطفو على سطح الكاري حسب ذوقك ، فلا تتردد في تقشير بعض منه ، ولكن ليس كله على الإطلاق - إنه لذيذ للغاية. تذوق الملح مرة أخرى. انقلي الدجاج والصلصة إلى وعاء تقديم منخفض ؛ يمكنك إزالة القرقة وعشب الليمون المقيد وأوراق الليمون الكفيري وداون سلام ، إذا أردت ، أو تركها في الوعاء لتستمر في تنبيل الطبق. اترك الطبق يرتاح ويبرد في درجة حرارة الغرفة لمدة 20 دقيقة على الأقل قبل تناول الطعام ، مما يمنح النكهات وقتًا للخلط والتكثيف.



وصفة مي أيام  
ما هي مي أيام؟ يختلف مطعم مي أيام عن معظم المأكولات الإندونيسية ، حيث يكمن السر في الصلصة ، والدليل على وجبة مي أيام الجيدة هو المعكرونة المثالية. بالنسبة لهذا الطبق ، يتم غلي البكمي في المرقعة وتغطيته بشرائح الدجاج المطهية في المرق. يمكن أيضًا مزجه مع الفطر المقلي لمزيد من النكهة.

مقادير مي أيام:

300 جرام نودلز البيض المجفف

100 مل صلصة الصويا المالحة

300 جرام صدر دجاج مقطع مكعبات و

2 ملاعق كبيرة صلصة الصويا الحلوة

2 ملعقة كبيرة صلصة رسيستيرشاير

2 ساق من البصل الأخضر ، مقطع إلى شرائح رقيقة

200 غ خردل صيني ، مقطّع ومغسول

150 غ من نبت الفاصوليا ، مغسول

2 ملعقة كبيرة كراث مقلي

4 فص ثوم مقشر

4 كراث مقشر

1 ملعقة صغيرة كزبرة

3 سم كركم مقشر

3 سم زنجبيل مقشر

4 شمعة الجوز

مشروم دجاج ستير فراي:

300 غ من الدجاج منزوع العظم والجلد ، مقطع إلى قطع أصغر (1 × 1 × 2 سم)

150 جرام فطر أبيض مقطع إلى أرباع

4 فصوص ثوم ، كدمات

3 سم زنجبيل طويل ، كدمات

2 ملعقة كبيرة صلصة صويا فطر خفيف

1 ملعقة كبيرة كباب مانيس

1 ملعقة كبيرة صلصة محار

400 مل مرق دجاج / ماء

1 ملعقة كبيرة نشاء تايوكا

شورية النودلز بالدجاج (مشروم اختياري)

لتحضير زيت الدجاج ، سخني الزيت النباتي في مقلاة واقلي جلد الدجاج حتى يصبح مقرمشًا. نضيف الثوم والزنجبيل والفلفل الأبيض والكزبرة. اخفض الحرارة واقلي لمدة 15 دقيقة أخرى. أخرجي جلد الدجاج والثوم والزنجبيل. الزيت جاهز للاستخدام. اغلي الماء في مقلاة. عندما يغلي نضيف عظام الدجاج. اخفض الحرارة واتركها تنضج حتى تخرج الرائحة الجميلة. نضيف الفلفل الأبيض المطحون والملح.

يُمزج الثوم والكراث والكزبرة والكركم والزنجبيل وجوز الشمعة في محضر الطعام.

اقلي معجون البهارات في مقلاة لمدة دقيقتين. نضيف مكعبات صدر الدجاج ويقلّى حتى ينضج الدجاج.

صب ملعقتين كبيرتين من زيت الدجاج في كل وعاء.

اسلقي المعكرونة مع الخردل الصيني وبراعم الفاصوليا حتى تصبح طرية.

ضعي المعكرونة وبراعم الفاصوليا والخردل الصيني في الوعاء وأضيفي 2-3 ملاعق كبيرة من الدجاج.

نرش شرائح البصل الأخضر والكراث المقلي. صب 1-2 مغرفة شوربة من مرق الدجاج.

استمتع





### وصفة Pecel Lele

ما هو Pecel lele؟ Pecel lele هو طبق سمك السلور المقلي يوجد عادة في جاكرتا ، إندونيسيا. يُقدم هذا الطبق مع الأرز المطهو على البخار ، التمبيه المقلية ومعجون السامبال الحار التقليدي باللونين الأحمر أو الأخضر أو مع معجون الفلفل الحار والقهوة والخضار. هذه متعة بسيطة في متناول الجميع ، وقد يكون هذا هو سبب تميزها في جميع أنحاء جاكرتا.

### مكونات Pecel lele:

4 أسماك السلور

زيت الطهي

1 ملعقة كبيرة كزبرة

1 فص ثوم

2 سم كركم

نصف ملعقة كبيرة ملح

2 طماطم (مقطعة 4 قطع)

1 خيار مقطع شرائح

6 أوراق ريحان

الخس

5 فلفل أحمر كبير (مقلي)

10 قطع فلفل حريف (مقلي)

2 طماطم (مقلية)

4 فصوص ثوم (مقلي)

2 بصل أخضر (مقلي)

4 قطع بندق (مقلي)

1 ملعقة صغيرة عصير ليمون

1 ملعقة صغيرة ملح

### تحضير Pecel Lele:

تنظيف وإزالة الضروريات والخياشيم من سمك السلور  
سخني سمك السلور واقلية على نار متوسطة حتى يجف قليلاً ومجهز  
اخلطي جميع مكونات الصلصة في هاون ، مطحون.  
انشر المكونات المسحوقة فوق سمك السلور بمجرد قليه.





وصفة بوبر أيام  
ما هو بوبر أيام؟ بربر أيام كوني دجاج إندونيسي. إنه أرز كوني مع لحم دجاج مبشور يقدم مع بعض التوابل ، مثل البصل الأخضر المفروم ، الكراث المقلي المقرمش ، الكرفس ، تونغكاي (الخضار المملحة المحفوظة) ، فول الصويا المقلي. يتم تشكيل بعض أشكال هذا الطبق خارج جافا بما في ذلك الذرة والكسافا والأسماك ، في حين أن نسخة أكثر حلاوة



تحضير بربر أيام:  
3/4 كوب أرز طويل الحبة  
10 أكواب مرق دجاج مقسمة  
1 ملعقة صغيرة ملح  
4 صدور دجاج بدون عظم ، مبشورة  
4 بصل أخضر مقطّع إلى شرائح  
12 كوب بصل مقلي أو نصف كوب كراث مقلي مقرمش  
2 فلفل أحمر عين الطائر ، مفروم  
1 إنش زنجبيل طازج مقشر ومقطع إلى شرائح

تحضير بربر أيام:  
في قدر كبير ، يُغلى 9 أكواب من الدجاج والأرز.  
عندما يغلي الأرز ، خففي الحرارة إلى متوسطة منخفضة. ضع الغطاء على القدر مع إمالة للسماح للبخار بالخروج  
يُطهى على نار متوسطة منخفضة إلى منخفضة ، مع التحريك من حين لآخر ، حتى يصبح الأرز قوامًا سميكًا ودسقا من العصيدة (ساعة ونصف).  
قبل أن يصبح الأرز جاهزًا بحوالي 30 دقيقة ، أضيفي الدجاج المبشور والكوب المتبقي من مرق الدجاج في قدر ، واتركيه على نار هادئة.  
عندما تكون جاهزًا للتقديم ، تُسكب عصيدة الأرز في وعاء وتُغطى ب 1/8 من الدجاج المبشور واختيارك من البصل الأخضر والبصل المقلي وشرائح الزنجبيل والفلفل الحار الطازج.



### وصفة بابي كولينج

ما هو بابي جولينج؟ بابي غولنغ هو أحد أندر الأطباق في إندونيسيا. لحم الخنزير غير شائع في هذه الدولة ذات الأغلبية المسلمة ، ولكن كان علينا تضمين الخنزير الرضيع المشوي نظراً للهستيريا القريبة التي تولدها في جزيرة بالي الهندوسية. يُحشى الخنزير ويُشرب بمزيج حار من الكركم ، وبذور الكزبرة ، وعشب الليمون ، والفلفل الأسود والثوم ، والمحمص تقليديًا.

### مقادير بابي جولينج:

2.5 كيلو قطعة بطن لحم الخنزير (جلد على)

1 ½ ملعقة كبيرة ملح

5 أوراق ليمون كافير ، مبشورة

2 ورق سالم مجفف مفتت (اختياري)

50 جرام كركم طازج مبشور ناعماً (أو 1 ملعقة كبيرة كركم مجفف مطحون) مخلوط مع 125 مل من الماء ، مصفى ، مواد صلبة مهمة

معجون توابل

80 جرام كركم طازج مفروم

12 حبة فلفل حار مقطعة

8 كرات ذهبي مقطع

5 فصوص ثوم كبيرة

2 سيقان كبيرة من عشب الليمون (الجزء الأبيض فقط) ، مفرومة

10 جرام زنجبيل مفروم

2 ملعقة كبيرة كزبرة ، مسحوق

2 ملعقة كبيرة زيت تياي

1 ملعقة كبيرة فلفل أسود مطحون

1 ملعقة كبيرة خولنجان مفروم

1 ملعقة صغيرة كنتور مطحون



### تحضير بابي جولينج:

افركي جلد بطن الخنزير واللحم بالملح واتركيه جانبًا.

لعمل عجينة التوابل ، قم بمعالجة المكونات و 1 ملعقة صغيرة من ملح البحر الناعم في معالج الطعام حتى تتكون عجينة ناعمة.

يسخن الفرن إلى 200 درجة مئوية

ضع جانب جلد الخنزير لأسفل على سطح عمل. يوزع معجون التوابل ، ويرش أوراق الليمون وأوراق السلم على طول جانب واحد طويل ، ثم يلف لتشكيل أسطوانة طويلة.

ثبته بعصي الساتيه أو اربطه على فترات باستخدام خيط المطبخ. يُقشر بعصير الكركم ويُترك لينقع في مكان بارد ومليء بالجفاف حتى يجف الجلد لمدة 30 دقيقة.

يوضع لحم الخنزير على رف في طبق خبز ويشوي حتى يتشقق الجلد لمدة 30 دقيقة

اخفض درجة حرارة الفرن إلى 175 درجة مئوية وقم بتسخينه من حين لآخر باستخدام العصائر حتى تنساب العصائر صافية عندما يتم ثقب الجزء السميك من لحم الخنزير بالسيخ لمدة ساعة و 15 دقيقة.

اسحبه للخارج واتركه للخارج للسماح للدهون بالاستقرار لمدة 10 دقائق.

انزع عصي الساتيه أو الخيط وقطع اللحم إلى شرائح



وصفة غولاي

ما هو جولاي؟ Gulai هو نوع من الأطعمة التي تحتوي على الكاري الغني والتوابل والفاتنة الموجودة عادة في إندونيسيا وماليزيا. يحتوي الكاري الإندونيسي على اختلافات إقليمية تعتمد على أنواع اللحوم والأسماك المتوفرة. يضيف هذا الطبق طعماً آسيوياً غريباً على نكهة الدجاج العادية وأفضل طريقة لتقديمه مع الأرز الأبيض الدافئ.

مقادير الجلاي:

- 1 1/2 لتر من حليب جوز الهند
- 5 ساق من عشب عبق ، خذ الجزء الأبيض فقط ، ثم قم بكدماته
- 3 أوراق زعفران
- 8 أوراق ليمون صغيرة معطرة
- 2 بوصة جذر الزنجبيل ، كدمات عليه
- 1 1/2 دجاجة ، نقسمها إلى 6 قطع ، قشرها
- 1 ملعقة كبيرة خل

البهارات:

- 175 جرام فلفل أحمر حار
- 20 قطعة من الكراث
- 10 فصوص ثوم
- 3 إنش من الزنجبيل
- 3 إنش من الزعفران
- 50 جرام جوزة الطيب
- 3 ملاعق صغيرة ملح
- 1/2 ملعقة كبيرة سكر

تحضير القلاي:

نخلط جميع البهارات ونخلط جيداً  
نُسكب حليب جوز الهند والتوابل المخلوطة والعشب العطري وأوراق الزعفران وأوراق الليمون العطرية الصغيرة وجذر الزنجبيل في مقلاة.  
اطهيه على نار متوسطة. اسلقها وحركها حتى تنضج بالكامل.  
نضع الدجاج في المقلاة ونطبخه مع الصلصة حتى ينضج لحم الدجاج وينضج.  
ثم جفف الدجاج وضعه بعيداً.  
استمر في طهي الصلصة حتى تصبح سميكة. ثم اسكب الخل في الصلصة وحركه.  
ضع الدجاج مرة أخرى في الصلصة. قلبه.  
إنه جاهز للخدمة





وصفة أسينان سايور  
ما هو أسينان سايور؟ Asinan Sayur هي سلطة تحتوي على العديد من النكهات المختلفة وتعزز براعم التذوق لديك بفضل مجموعة متنوعة من المكونات. يكمن السر في الصلصة ، صلصة الفول السوداني الرقيقة المحشوة بسكر النخيل لتعويض النكهة المالحة لأوراق الخردل والجزر والملقوف والخيار. krupuk mie عبارة عن مقرمشات إندونيسية من المعكرونة وتأتي من قرص أصفر مصنوع من تودلز البيض.



وصفة أسينان سايور  
200 جرام كول سلو خضار مشكلة شرائح رقيقة  
حفنة من أوراق الخردل مقطعة إلى شرائح رقيقة  
1/2 جزرة مقطعة إلى شرائح رقيقة  
نصف حبة خيار مقطعة شرائح رقيقة  
150 غرام من نبت الفاصوليا  
قطعتان من التفوف المقلي ، مقطعتان إلى مرتبتات صغيرة  
150 غرام من الفول السوداني ، يُقلى مع القليل من الزيت  
2 كروبوك مي  
صلصة  
5 فصوص ثوم ، مهروسة خشن  
150 غرام سكر جوز الهند  
2 ملاعق كبيرة سمبال حلق  
1 ليمونة  
1 ملعقة صغيرة ملح  
150 غرام سكر  
500 مل ماء  
معجون الجمبري (اختياري)

تحضير أسينان سايور:  
قطّع الخضار إلى شرائح.  
يطحن الثوم ، معجون الروبيان ، السامبال ، الملح ، السكر وسكر جوز الهند.  
يُغلى المزيج 500 مل من الماء ويُطهى حتى يذوب السكر.  
ضع المكونات المطحونة في المقلاة على درجة حرارة متوسطة  
يخلط جيدا.  
نضعها جانبا ونتركها تبرد.  
ضعي كل الخضار والصلصة والتوفو في وعاء كبير.  
يخلط جيدا.  
رش عصير الليمون على المزيج.  
اتركه في الثلاجة لمدة ساعة ونصف على الأقل. (تبريد أطول كلما كان ذلك أفضل)  
فوقها مع بعض الفول السوداني المقلي  
أخيرا ، أضف krupuk mie على جانب الطبق.



## وصفة باكباو

ما هو باكباو؟ غالبًا ما تُباع Bakpao في جاكرتا ، أما bakpao فهي عبارة عن كعكة رائعة مليئة باللحوم تقدم الكثير من البهجة في كل قضمة. يتم تشكيلها مثل الزلابية ويتم تناولها بإحساس لا يمكن لأي شخص آخر مقاومته. يصطف الباعة من وقت لآخر في الطرق المزدهمة خلال ساعة الذروة لتقديم هذه الزلابية اللامعة للجائعين الذين يحتاجون إلى وجبة خفيفة.



### مكونات باكباو:

1 كوب ماء دافئ

1/4 كوب سكر

2 كوب دقيق

2 ملعقة صغيرة. مسحوق الخبز

2 ملعقة صغيرة. خميرة

3 ملاعق كبيرة. نفل

ملء الباكباو:

1 بصلة صغيرة مقطعة مكعبات

3 فصوص ثوم مفرومة

1-2 / 2 كوب لحم خنزير مطحون (أو خليط لحم بقر / لحم خنزير)

1 ملعقة كبيرة. صلصة الصويا

2 ملعقة صغيرة. هويسين أو صلصة المحار

رشة ملح

رشة سكر

### تحضير Bakpao:

قم بإذابة السكر في الماء تماها. اخلطي الدقيق والخميرة والبيكنج بودر ثم أضيفي خليط الماء والزيت. امزج ثم اعجن حتى لا تصبح لزجة. يغطى بقطعة قماش مبللة ويترك حتى يتضاعف حجمها حوالي 45 دقيقة.

أثناء الانتظار ، قم بعمل الحشوة:

يُقلى البصل حتى يصبح شفافًا ولكن ليس بنيًا ، مع إضافة الثوم نحو النهاية. يضاف اللحم ويطهى. يُضاف السوائل والبهارات ويُطهى لمدة دقيقة إضافية ويُترك جانبًا.

عندما ترفع العجينة ، تشكل إلى رغيف طويل وتقطع إلى حوالي 6 قطع متساوية. لف كل قطعة بشكل مسطح ، ضع

الحشوة في المنتصف وأغلق الختم.

اتركيه لمدة 15 دقيقة ، ثم اطبخيه لمدة 20-25 دقيقة.



وصفة بوبر ايام  
ما هو بوبر ايام؟ بربر ايام كونجي دجاج إندونيسي. إنه أرز كونجي مع لحم دجاج مبشور يقدم مع بعض التوابل ، مثل البصل الأخضر المقروم ، الكراث المقلي المقرمش ، الكرفس ، تونغكاي (الخضار المملحة المحفوظة) ، فول الصويا المقلي. يتم تشكيل بعض أشكال هذا الطبق خارج جافا بما في ذلك الذرة والكسافا والأسماك ، في حين أن نسخة أكثر حلاوة



تحضير بربر ايام:  
3/4 كوب أرز طويل الحبة  
10 أكواب مرق دجاج مقسمة  
1 ملعقة صغيرة ملح  
4 صدور دجاج بدون عظم ، مبشورة  
4 بصل أخضر مقطّع إلى شرائح  
12 كوب بصل مقلي أو نصف كوب كراث مقلي مقرمش  
2 فلفل أحمر عين الطائر ، مفروم  
1 إنش زنجبيل طازج مقشر ومقطع إلى شرائح

تحضير بربر ايام:  
في قدر كبير ، يُغلى 9 أكواب من الدجاج والأرز.  
عندما يغلي الأرز ، خففي الحرارة إلى متوسطة منخفضة. ضع الغطاء على القدر مع إمالة للسماح للبخر بالخروج  
يُطهى على نار متوسطة منخفضة إلى منخفضة ، مع التحريك من حين لآخر ، حتى يصبح الأرز قوامًا سميكًا ودسقا من العصيدة (ساعة ونصف).  
قبل أن يصبح الأرز جاهزًا بحوالي 30 دقيقة ، أضيفي الدجاج المبشور والكوب المتبقي من مرق الدجاج في قدر ، واتركيه على نار هادئة.  
عندما تكون جاهزًا للتقديم ، تُسكب عصيدة الأرز في وعاء وتُغطى ب 1/8 من الدجاج المبشور واختيارك من البصل الأخضر والبصل المقلي وشرائح الزنجبيل والفلفل الحار الطازج.



وصفة بوبور أيام  
ما هو بربور أيام؟ بربور أيام كونيدي دجاج إندونيسي. إنه أرز كونيدي مع لحم دجاج مبشور يقدم مع بعض التوابل ، مثل البصل الأخضر المقروم ، الكراث المقلي المقرمش ، الكرفس ، تونغكاي (الخضار المملحة المحفوظة) ، فول الصويا المقلي. يتم تشكيل بعض أشكال هذا الطبق خارج جافا بما في ذلك الذرة والكسافا والأسماك ، في حين أن نسخة أكثر حلاوة



تحضير بربور أيام:  
3/4 كوب أرز طويل الحبة  
10 أكواب مرق دجاج مقسمة  
1 ملعقة صغيرة ملح  
4 صدور دجاج بدون عظم ، مبشورة  
4 بصل أخضر مقطّع إلى شرائح  
12 كوب بصل مقلي أو نصف كوب كراث مقلي مقرمش  
2 فلفل أحمر عين الطائر ، مفروم  
1 إنش زنجبيل طازج مقشر ومقطع إلى شرائح

تحضير بربور أيام:  
في قدر كبير ، يُغلى 9 أكواب من الدجاج والأرز.  
عندما يغلي الأرز ، خففي الحرارة إلى متوسطة منخفضة. ضع الغطاء على القدر مع إمالة للسماح للبخار بالخروج  
يُطهى على نار متوسطة منخفضة إلى منخفضة ، مع التحريك من حين لآخر ، حتى يصبح الأرز قوامًا سميكًا ودسقا من العصيدة (ساعة ونصف).  
قبل أن يصبح الأرز جاهزًا بحوالي 30 دقيقة ، أضيفي الدجاج المبشور والكوب المتبقي من مرق الدجاج في قدر ، واتركيه على نار هادئة.  
عندما تكون جاهزًا للتقديم ، تُسكب عصيدة الأرز في وعاء وتُغطى ب 1/8 من الدجاج المبشور واختيارك من البصل الأخضر والبصل المقلي وشرائح الزنجبيل والفلفل الحار الطازج.



## وصفة بيمبيك

ما هو بيمبيك؟ يشير بيمبيك إلى الرجل الصيني العجوز الذي أنتج هذه الأسماك وكعكات التابيوكا لأول مرة من باليمبانج في جنوب سومطرة. Pempek هو أشهر أطباق Palembang وهو مصنوع من دقيق السمك والساجو ويقدم مع صلصة غنية داكنة تسمى cuko. كوكو مصنوع من السكر البني والفلفل الحار والثوم والخل والملح إلى الماء المغلي.

### مكونات بيمبيك:

#### كعكة السمك

500 جرام لحم إسقمري إسباني مطحون - يمكنك أيضًا استخدام سمك فيليه آخر مثل الرنجة والبانجاسوس

3 صفار بيض

200 مل ماء مثلج

2 ملعقة كبيرة ملح

1 ملعقة كبيرة سكر أبيض

1 ملعقة كبيرة مسحوق فلفل أبيض

1 ملعقة كبيرة ثوم بودرة

3 ملاعق كبيرة زيت نباتي

800 - 1000 جم دقيق ساجو / تابيوكا

شورية (كوكو)

250 جرام سكر النخيل

2 ملعقة كبيرة سكر أبيض

6 فصوص ثوم لا داعي لتقشير الجلد

25 جرام فلفل عيون طائر

1/2 ملعقة صغيرة ملح

1 ملعقة كبيرة تمر هندي (حسب درجة الحموضة التي تريدها)

250 مل ماء

مكونات اختيارية إضافية

خيار

نودلز بيض مقلي

روبيان مجفف مطحون

تحضير بيمبيك:

تُطحن جميع المكونات لعمل كعكة السمك ، ما عدا دقيق الساجو / التابيوكا.

اخلطهم جيدًا.

ثم خذ 1 ملعقة كبيرة من خليط السمك ، أضيف حوالي 2-3 ملاعق كبيرة من دقيق الساجو ، واخلط وشكل البيمبيك كما يحلو لك. توضع جانباً وتشكل باقي الخليط حتى تنتهي.

اغلي الماء باستخدام قدر ، واطبخ البيمبيك لمدة 15 دقيقة. عندما يخرجون إلى السطح ، يعني أنها مطبوخة. اقلي البيمبيك المطبوخ جيدًا.

اصنع الحساء: اغلي الماء بكل المكونات حتى يذوب السكر.

ثم تطحن الصلصة باستخدام مطحنة الطعام أو خلاط يدوي ، مرشح.

ضعي البيمبيك في طبق (يمكنك تقطيعه إلى قطع صغيرة) ، أضيفي المعكرونة ثم اسكبيها مع الحساء. تُزين بالخيار. يحب البعض إضافة إبي (روبيان مجفف مطحون).





وصفة بيبس إيكان  
ما هو بيبس إيكان؟ Pepes Ikan هو طبق جانبي إندونيسي نموذجي. وهي مشهورة في جميع أنحاء الأرخبيل الإندونيسي. يشير Pepes إلى تبخير الطعام في أوراق الموز ، مما يمنحه نكهة ترابية تعمل بشكل جيد مع توابل Manadonese الغنية. وهي عبارة عن سمك يُفرك بمعجون / خليط توابل ، ملفوف بورق موز ، مطهو على البخار ثم يشوى على الفحم أو يُخبز في الفرن. يمتزج مزيج التوابل الكاملة برائحة أوراق الموز ، ولكن يجب تناولها بحذر شديد.



مكونات Pepes Ikan:

- 3 كرات
- 3 فصوص ثوم
- 5 شمعانات
- 5 سم قطعة كركم
- 3 فلفل أحمر حار
- 1 ملعقة صغيرة معجون روبيان
- 1 ملعقة صغيرة تمر هندي منقوع في 60 مل ماء
- 1 طماطم ناضجة مفرومة
- 1 ملعقة صغيرة سكر
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح
- 1/2 إلى 3/4 كجم سمكة كاملة مثل النهاش الأحمر أو البلطي ، منقطة ومنزوعة الأحشاء
- تقطع أوراق الموز إلى مستطيل كبير بما يكفي لتغليف السمك

حفنة من أوراق الريحان والليمون

تحضير Pepes Ikan:

باستخدام الهاون والمدقة أو محضر الطعام ، اخلطي جميع المكونات باستثناء السمك وأوراق الموز والليمون والريحان حتى تتكون عجينة ناعمة.

اصنع شقوقًا على جانبي السمك وافردھا بالتساوي مع العجينة.

ضعي السمك على أوراق الموز وضعي أوراق الريحان فوقها.

قم بطيها في طرد ، مع تأمين الأطراف باستخدام أعواد الأسنان.

قم إما بطهي السمك بالبخار لمدة 30 دقيقة أو شويه على الفحم لمدة 10 إلى 15 دقيقة على كل جانب حتى تتفحم حواف الأوراق.

افتح الطرد ببطء للتحقق مما إذا كانت السمكة معتمة وأن اللحم يتقشر بسهولة باستخدام شوكة ، فقد تم طهيها.



## كاه كانغكونغ

ما هو كاه كانغكونغ؟ Cah Kankung من أصول صينية ومعروفة باسم السبانخ المائي ، يقلب kangkung مع صلصة فول الصويا الحلوة وشرائح ضخمة من الثوم والفلفل الحار وعجينة الروبيان لأخذها من طبق مدني من الطبقة الدنيا إلى لمسة من الطبقة المتوسطة من التوابل .



### مكونات Cah Kankung:

- 1 كيلو من السبانخ المائي ، نظف الماء من السبانخ ورجها حتى تجف
- 1/2 ملعقة كبيرة تمر هندي سائل في 1 ملعقة كبيرة ماء فاتر
- 1 ملعقة كبيرة صلصة صويا خفيفة
- 200 جرام جميري متوسط الحجم منظف ومزيل من الرؤوس
- 1 ملعقة كبيرة زيت للقلي
- ملح حسب الرغبة
- البهارات المطحونة:
- 6 كرات
- 3 قصوص ثوم
- 1 1/2 ملعقة طعام تاوكو (فول الصويا المخمر المملح).
- 1/2 ملعقة صغيرة تيراسي أودانغ (معجون روبان مجفف) محمص.

### 5 فلفل أحمر طويل حريف.

### إعداد Cah Kankung:

تحضير الخضار بقطع الأوراق من القاعدة

بعد ذلك تكسر السيقان بيديك على بعد 1.5 بوصة تقريبًا. اترك الطرف العلوي من الجذع غير تالف مع وضع الأوراق الأمامية 2.

سخني المقلاة على درجة عالية مع وضع الزيت في الأعلى. تقلّي البهارات المطحونة والروبيان حتى تصبح رائحتها حلوة. سبانخ ماء اضافي / روعة الصباح ، خليط التمر الهندي ، صلصة الصويا والملح. اقلب الخضار وقم بتوسيعها عدة مرات للتأكد من أنها تستعد بشكل متساوٍ. لا تفرط في طهيها وإلا ستذوق طعمها.



وصفة سايور عاصم  
ما هو سايور عاصم؟ Sayur Asem هو طبق تمر هندي شهير. يمكن إرجاع أصل الطبق إلى شعب Sundanese في جاوة الغربية ومنطقة Banten وجاكرتا. من المعروف أنه ينتمي إلى المطبخ السونداني والنظام الغذائي البيتاوي اليومي. إنه مليء بالخضروات وبعض المكونات الأكثر إثارة للاهتمام في إندونيسيا: ميلينيجو ، بيليمبي ، شايتوت. أحد الأقارب المقربين يسمى sayur lodeh مصنوع من حليب جوز الهند وله نكهة أكثر حلاوة.



- مقادير سايور عاصم:
- 1 ملعقة صغيرة تمر هندي
  - 200 مل ماء دافئ
  - 1 كراث مقطع شرائح
  - 3 فصوص ثوم مفرومة
  - 1 إنش زنجبيل طازج مقشر ومقطع إلى شرائح
  - 1 فلفل أحمر حار ، منزوع البذور ومقطع إلى شرائح
  - 3 ملاعق كبيرة فول سوداني خام
  - 1 ملعقة صغيرة معجون روبيان
  - 1/2 ملعقة صغيرة ملح
  - 5 أكواب مرق دجاج قليل الدسم
  - 1/2 كوب فول سوداني مملح ومقطع
  - 2 ملعقة كبيرة سكر بني
  - 1 شايتوت مقشر ومنزوع البذور ومقطع إلى شرائح رفيعة
  - 1/2 كوب فاصوليا خضراء مجمدة ، أطراف مشدبة
  - 1/3 كوب حبات ذرة مجمدة

تحضير سايور عاصم:

تحضير التمر الهندي بوضعه في وعاء صغير به ماء دافئ وتركه منقوعًا لمدة 15 دقيقة.

لعمل عجينة التوابل ، اخلطي الكراث والثوم والزنجبيل والفلفل الأحمر الحار والفول السوداني الخام ومعجون الروبيان والملح في ملاط كبير واخلطهم جيدًا مع مدقة. استخدم محضر الطعام أو الخلاط

انقل المعجون إلى قدر متوسطة الحجم وأضف مرق الدجاج أو الخضار والفول السوداني المملح والسكر البني. يقلب حتى يمتزج ، ويطهى على نار متوسطة لمدة 15 دقيقة.

في غضون ذلك ، استخدم مصفاة لفصل بذور التمر الهندي عن العصير. تخلص من البذور واحتفظ بالعصير.

يُضاف شايتوت والفاصوليا الخضراء والذرة إلى الحساء ويُطهى على نار عالية لمدة 5 دقائق.

قبل التقديم مباشرة ، يضاف عصير التمر الهندي ويقلب. تُزين بشرائح الفلفل الأخضر الحار إذا رغبت في ذلك.



وصفة بركادل

ما هو Perkedel؟ Perkedel عبارة عن فطائر بطاطس أو perkedel kentang عبارة عن فطائر بطاطا مهروسة إندونيسية. تعتبر هذه الكروكيت ، وهي من أقرب الأقارب لفريكانديل اللحم المفروم الهولندي ، إما قائمة على البطاطس وملينة باللحم البقري أو مصنوعة من الذرة. ثم تُغمس هذه الفطائر الدائرية الصغيرة في البيض المخفوق وتُقلى حتى يصبح لونها بنياً ذهبياً. يقدم مع أرز ساخن على البخار أو مع خضروات على البخار.



مكونات Perkedel:

- ½ كجم من الكراث ، يقشر القشر ويقطع إلى شرائح
- 8 حبات بطاطس صفراء تقشر القشر وتقطع
- 2 ملعقة كبيرة جوزة الطيب
- 2 بيضة ، افصل الصفار
- 300 جرام لحم بقري مفروم
- 1 كوب زيت نباتي
- 1 ملعقة كبيرة ملح
- 1 رشة فلفل

تحضير Perkedel:

يقلى الكراث المقطّع إلى شرائح حتى يتحول إلى اللون البني الفاتح ، ثم يوضع جانباً ليبرد. اقلي البطاطس المقطّعة حتى تصبح طرية ، ثم اهرسيها في وعاء. امزج البطاطس المهروسة مع الكراث المقلي والملح والفلفل ومسحوق جوزة الطيب ولحم البقر المفروم وصفار البيض وشكلها في شكل فطائر مستديرة بحجم كف اليد. سخني الزيت في مقلاة ، ما يكفي لتغطية الفطائر. تُغمس الفطيرة في بياض البيض ثم تُطهى الفطائر (على دفعات إذا لزم الأمر) على نار متوسطة لمدة 5 دقائق تقريباً لكل جانب.



وصفة مرتابك  
ما هو مرتابك؟ Martabak عبارة عن فطيرة محشوة أو خبز مقلي مصنوع من شحم الخنزير 10 مرات وستكون قريبًا إلى حد ما من تصوير مارتابك. في إندونيسيا ، يعد Murtabak أحد أكثر الأطعمة الشعبية في الشوارع. تشبه النسخة الحلوة فطيرة محشوة بالشوكولاتة اللزجة أو الفول السوداني أو الجبن ، في حين أن اللذيذ مصنوع من عجينة مقرمشة مثل فيلو يتم تسويتها في مقلاة مثل البيض واللحوم المفرومة بسرعة. خل حلو وحامض.



مكونات مرتابك:

- 300 جرام دقيق عادي
- 1/2 ملعقة صغيرة بيكنج بودر
- 12 جرام خميرة جافة
- 50 جرام سكر
- 4 بيضات (لا تستخدم البيض المأخوذ مباشرة من الثلاجة).
- 500 مل حليب مبخر
- 3 ملاعق كبيرة حليب بودرة كامل الدسم
- 2 ملعقة كبيرة سمن
- حليب مكثف (شوكولاتة أو فانيليا)
- رش الشوكولاتة
- جينة شيدر مبشورة

سكر أبيض (اختياري)

تحضير مرتابك:

سخني الحليب المبخر ولكن لا تغليه.

أثناء انتظار تسخين الحليب المبخر ، يمكنك وضع جميع المكونات في وعاء ما عدا السمن. اسكب الحليب المبخر الدافئ في الوعاء وابدأ في الخفق حتى تمتزج المكونات بشكل مثالي. لا تقلق إذا بقيت بقايا قليلة. تذوب المارجرين في مقلاة.

خذ وعاءًا آخر واستخدم مصفاة لفصل المزيج الناعم عن البقايا.

نصيحة: يجب أن تكون الحاوية كبيرة جدًا لأن الخليط سوف يتمدد لاحقًا

يُسكب السمن المذاب في الخليط الناعم المنخل. يقلب ببطء لبعض الوقت لخلط المارجرين.

دع الخليط الناعم يرتاح لمدة 30 دقيقة. من المهم ألا تلمس الخليط أثناء هذه العملية لأنه قد يتلف الخميرة.

بعد 30 دقيقة ، سخني مقلاة على نار خفيفة ودهنها بالسمن.

يُسكب المزيج في مقلاة. كمية الخليط تعتمد على ما تفضله.

يمكنك تغطية المقلاة بورق الألمنيوم إذا أردت.

انتظر حتى تنضج حتى تتماسك.

انقله إلى طبق وهو جاهز للزينة.

وزعي رش الشوكولاتة متبوعًا بالجبن المبشور. بعد ذلك ، يُسكب الحليب المكثف فوق الطبقة الأخرى.

اقطع Terang Bulan إلى نصفين وقم بطيه.

يمكنك دهن القليل من المارجرين فوق Terang Bulan لترطيب السطح.

قطع قطع صغيرة واستمتع



وصفة سوب بونتوت

ما هو سوب بونتوت؟ Sop Buntut هو حساء ذيل الثور مصنوع من لحم البقر الأسترالي ، بدقة 7000 كيلوغرام شهريًا ، ويأتي مكتملاً مع الأرز المطهو على البخار والمخللات والليمون والسمبال. توجد إصدارات مختلفة من حساء ذيل الثور: كوري ، صيني ، ذيل ثور مقلي / مشوي مع أنواع مختلفة من الحساء وهو طبق شائع في إندونيسيا حيث يطلق عليه سوب بونتوت.

مكونات سوب بونتوت:

1 كيلوغرام ذيل ثور

2 ½ لتر ماء

2 ملعقة كبيرة زيت

1 عود قرفة

5 فصوص

1 ملعقة صغيرة جوزة الطيب

250 جرام جزر مقشر ومقطع إلى حلقات 1 إنش

250 جرام بطاطس مقشرة ومقطعة إلى 8 أسافين لكل بطاطس

1 ملعقة كبيرة ملح

نصف ملعقة كبيرة سكر

1 ملعقة صغيرة فلفل أبيض مطحون

طحن ما يلي إلى معجون التوابل

10 كراث

5 فصوص ثوم

1 إنش زنجبيل

½ بصل

مقبلات ومرافقات

1 طماطم مقطعة مكعبات

1 بصل أخضر مقطع إلى شرائح

2 كرفس صيني مقطع إلى شرائح

1 ليمونة مقطعة إلى أسافين

رقائق الكراث المقلية

صلصة الفلفل الحار

4 ملاعق كبيرة صلصة الصويا الحلوة

4 فلفل حار تايلندي ، منزوع البذور ومقطع إلى شرائح رقيقة

تحضير سوب بونتوت:

اسلقي ذيل الثيران والماء في وعاء. خففي الحرارة واتركيها على نار هادئة لمدة 2-3 ساعات أو حتى تنضج ذيل الثيران وتنضج.

أزل ذيل أوكستيل من المرق واتركه جانباً.

صفي المرق للحصول على مرق صافي. أعد المرق و oxtails إلى القدر.

في مقلاة ، سخني الزيت مع معجون التوابل ، وعود القرفة ، والقرنفل ، وجوزة الطيب حتى تفوح رائحتها. حوالي 5 دقائق.

أضف هذا إلى القدر مع المرق و oxtails.

أعد ذيل الثور والمرق ليغليان. يضاف الجزر والبطاطا ويتبل بالملح والسكر والفلفل الأبيض المطحون. خففي الحرارة واطبخي

حتى ينضج الجزر والبطاطس وينضجان ، لكن لا يزالان متماسكين تمامًا حوالي 20 دقيقة. اضبط الملح والسكر حسب الحاجة.

أطفئي النار وقدمي الحساء مع شرائح الطماطم والبصل الأخضر والكرفس الصيني.

نرش الحساء ببعض رقائق الكراث المقلي.





## كيتوبراك

ما هو كيتوبراك؟ كيتوبراك هو طبق نباتي بسيط في الشارع من جاكارتا بإندونيسيا ، يتذوق في الغالب الفول السوداني والتوابل ولكنه مليء بالكربوهيدرات. يتكون هذا الطبق من التوفو ، الجدو ، البسل ، الخضار وكعكة الأرز ، أرز الشعيرية يقدم في صلصة الفول السوداني. قبل تناول السلطة مباشرة ، اسكب صلصة الفول السوداني واخلطهم جيداً.

## مكونات كيتوبراك:

### سلطة

قطعتان من التوفو الصلب (حوالي 300 جرام) ، مصفاة ومقطعة إلى ½ بوصة × بوصة × 1 بوصة

100 جرام فول براعم

200 جرام من الشعيرية المنقوعة في الماء البارد حتى تصبح طرية

1 خيار مقشر ومقطع إلى أسافين صغيرة

صلصة الفستق

100 جرام فول سوداني بقشره

5 فصوص ثوم

5 فلفل حار تايلندي

1 ملعقة كبيرة سكر نخيل

1 ملعقة صغيرة ملح

175 مل - 200 مل ماء شرب دافئ

مرافقة

المفرقعات الحمراء

صلصة الصويا الحلوة

الكراث المقلي



## تحضير كيتوبراك:

سخني كمية كافية من الزيت في قدر للقلي العميق.

يقلّى الفول السوداني حتى يصبح لونه أغمق.

اقلي التوفو حتى يصبح لونها بنياً ذهبياً خفيفاً.

تقلي المقرمشات الحمراء حتى تنفجر.

اقلي الثوم حتى يصبح لونه بنياً ذهبياً خفيفاً.

اقلي الفلفل الحار التايلاندي حتى يصبح لونه أفتح.

اغلي قدرًا من الماء مع سلق الفاصوليا. تُرفع بملعقة مثقوبة وتترك جانباً.

تُسلق الشعيرية وتُصفى وتترك جانباً.

صلصة الفستق

طحن الفول السوداني والثوم والفلفل الحار وسكر النخيل والملح حتى يصبح عجينة سميكة.

أضف الماء وأخلط جيداً.

اجمع السلطة



## وصفة Balado Terong

ما هو Balado Terong ؟ Balado Terong هي واحدة من وصفات السامبال الشهيرة في إندونيسيا. توجد كلمة "Balado" في الغالب في تخصصات Padang التي تشير إلى الأطباق الحارة. هذا الطبق ليس أكثر من بالانجان أرجواني مشوي مغطى بأكوام من صلصة الفلفل الحار المصنوعة من معجون الروبيان المجفف ، ويقدم مع الأرز لتوحيد نكهة النار.



### مكونات Balado Terong:

- 2 بالانجان ياباني
- 3 فصوص ثوم مفرومة ناعماً
- 4 حبات كراث ، مفرومة ناعماً
- 2 طماطم طازجة مفرومة
- 2 ملعقة كبيرة معجون فلفل حار (سامبال أوليك)
- 1 ملعقة صغيرة سكر نجيل
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- عصير ليمون
- 1/2 كوب ماء
- 1/2 كوب أنشوجة مقلي (اختياري)

### تحضير Balado Terong:

قطع البانجان إلى 1 بوصة طول. نضع البانجان في صفيحة خبز ونضع القليل من زيت الزيتون والملح عليها. اخبزها في فرن 375 درجة فهرنهايت مسبق التسخين لمدة 20-25 دقيقة ، أو حتى تصبح طرية ولكن غير طرية. في هذه الأثناء ، في مقلاة ، سخني حوالي 2 ملعقة كبيرة زيت. يقلب الثوم والكراث حتى تفوح رائحته ويصبح لونه بني فاتح. أضف معجون الفلفل الحار والطماطم المفرومة. يقلب لمدة دقيقة ويضاف في الماء. يُطهى على نار خفيفة حتى تقل الصلصة إلى النصف. أضيفي الملح والسكر وعصير الليمون وأخيراً أضيفي الأنشوجة المقلية. يقلب حتى يمتزج جيداً. اسكب الـ



وصفة لونتونغ سايور  
ما هو لونتونغ سايور؟ Lontong Sayur هو طبق إندونيسي مصنوع من كعكة أرز مضغوطة على شكل أسطوانة ملفوفة داخل ورقة موز مع صلصات الفول السوداني السمكية والكاري. إنه بمثابة قاعدة لهذا الصباح اللذيذ ، كاري حليب جوز الهند المصنوع من البابايا الصغيرة والتوفو المطهو بالصويا والبيض المسلوق.

#### مكونات Lontong Sayur:

- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 2 ورق غار
- 500 جرام لحم يقري ، اختر قطع الحساء ، مقطعة إلى قطع بحجم اللدغة
- 4 شاي ، مقشر ، محفور ، وممزوج
- 500 جرام من حبوب الشعير ، مقطعة إلى أقسام 1 بوصة
- 20 حبة نتن اختيارية
- 2 لتر من حليب جوز الهند
- 2 ملعقة كبيرة صلصة سمك
- 2 ملعقة كبيرة سكر نخيل
- قليل من الملح
- طحن ما يلي إلى معجون التوابل
- 100 جرام كرات
- 4 فصوص ثوم
- 10 فلفل أحمر حريف
- 30 جرام روبيان مجفف ، ينقع في الماء المغلي حتى يلين
- 2 بوصة الخولنجان



#### تعليمات Lontong Sayur:

- يُحمى الزيت في قدر ويُقلّى معجون البهارات وأوراق الغار حتى تفوح رائحته.
- يُضاف اللحم البقري ويُطهى حتى يختفي اللون الوردي.
- أضف chayotte والفول الشعير والتنتن. اطبخي حتى تبدأ الخضار في الذبول.
- أضف حليب جوز الهند وصلصة السمك وسكر النخيل. دعها تغلي.
- خففي الحرارة واطهي اللحم حتى ينضج. يمكنك إضافة المزيد من الماء المغلي إذا قل السائل ، حاول إبقاء السائل إلى 2 لتر.
- أضف المزيد من سكر النخيل والملح بما يناسب ذوقك. أطفئ الحرارة.



## وصفة Rendeng

ما هو Rendang؟ Rendang هو طبق لحم حار نشأ من مجموعة Minangkabau العرقية في إندونيسيا. هذا الطبق ليس بهجة يومية بسبب العملية الطويلة التي يستغرقها. يكمن السر في المرق ، الذي يلتف حول اللحم البقري لساعات حتى يصبح طريًا بشكل مثالي. هناك نسخة مجففة ، يمكن الاحتفاظ بها لأشهر ، مثل نوع من اللحم المقدد ، محجوزة للضيوف الكرام والاحتفالات الهامة. من الأفضل تقديم هذا الإحساس مع الأرز المطهو على البخار.

### مكونات Rendang:

- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة صغيرة بذور كزبرة مطحونة
- 1/4 ملعقة صغيرة كركم مطحون
- 2.5 سم من الزنجبيل الطازج المفروم
- 4 فصوص ثوم كبيرة مفرومة
- 4 حبات كراث كبيرة مفرومة
- 3 ملاعق كبيرة من رقائق الفلفل الحار
- 2 ملعقة كبيرة زيت نباتي
- 900 جرام من لحم الضلوع أو الضلوع القصيرة
- 2 سيقان ليمون (جزء أبيض فقط ، مهروس)
- 4 أوراق ليمون كافير
- 2.5 سم جالانجال مقطع شرائح
- 2 علب بودرة كريمه جوز الهند
- 1 ملعقة كبيرة سكر بني



### إعداد Rendang:

أضف كل الملح ، والكزبرة ، والكركم ، والزنجبيل ، والثوم ، والكراث ، ورقائق الفلفل الحار إلى محضر الطعام وقم بتشغيله حتى لا يتبقى أي كتل ويكون لديك معجون توابل ناعم. يُضاف الزيت إلى قدر ثقيل القاع ويُسخن على نار متوسطة عالية حتى يتلأأ. اقلي اللحم على دفعات ، مع ترك كل سطح يتحول إلى اللون البني قبل التقليب. انقلي اللحم البقري المحمر إلى وعاء وكرريه مع باقي اللحم. نضيف الليمون وأوراق الليمون والخولجان إلى الزيت الساخن ويقلى حتى تفوح رائحته. انقلي اللحم إلى الوعاء ، مع ترك الزيت في القدر. اخفض الحرارة إلى متوسطة منخفضة ، ثم أضف معجون التوابل. تقلى مع التحريك باستمرار حتى تفوح رائحته وتتبخر معظم الرطوبة (حوالي 10-15 دقيقة). إذا بدأ المعجون في الاحتراق ، خففي الحرارة وأضيقي القليل من الماء. رطب مسحوق كريمه جوز الهند في كوبين من الماء ثم أضفه إلى القدر مع سكر النخيل. يُعاد اللحم البقري والأعشاب إلى القدر ، ويُحرَّك المزيج لدمج الحرارة إلى درجة حرارة متوسطة منخفضة وتغطيتها بغطاء.حركي الرندنج بشكل دوري واتركيه على نار هادئة لمدة 3-4 ساعات حتى يصبح اللحم طريًا جدًا. بمجرد أن ينضج اللحم ، أزل الغطاء وارفع درجة الحرارة. في هذه المرحلة ، يجب أن يكون هناك قدر كبير من الزيت في إناء اللحم ، لذا فأنت تقلّي الصلصة وتركز النكهات. ستحتاج إلى قلب الخليط باستمرار لمنعه من الاحتراق ، لكنك تريد تبخير أكبر قدر ممكن من السائل دون حرق اللحم. يتم تحضير الرندنج عندما لا يتبقى أي صلصة تقريبًا ويكون اللحم بنيًا داكنًا. من الناحية المثالية ، سوف تترك هذا المزيج طوال الليل لتوزيع النكهات بالتساوي على اللحم. خلال هذا الوقت ، سوف يتحول لون اللحم إلى الشوكولاتة وتتعمق النكهات.



وصفة تاهو جرجروت  
ما هو Tahu gejrot ؟ Tahu gejrot هو طبق إندونيسي بسيط للغاية ؛ تبدو هذه السحب من التوفو الذهبي المقلي وكأنها عيوات صغيرة خلف نوافذ الصناديق التي تباع منها. بالنسبة لهذا الطبق ، تصنع صلصة بسيطة من الثوم والكراث والفلقل الحار التايلاندي والملح وسكر النخيل والماء وصلصة الصويا الحلوة.



مقادير تاهو Gejrot:

8 قطع توفو مقلي

10 فلفل أخضر حار

4 فلفل أحمر حار

3 بصل أحمر

1 ثوم

2 ملعقة كبيرة صلصة روبيان

1/2 كوب ماء

2 ملعقة صغيرة سكر بني

1/2 ملعقة صغيرة ملح (اختياري)

تجهيزات Tahu Gejrot:

يُمزج الفلفل الحار والبصل الأحمر والثوم معًا.

أضيقي صلصة الجميري والسكر البني والملح والماء.

نقطع التوفو ونسكب المزيج عليها.



## وصفة Siomay

ما هو Siomay؟ Siomay ، عبارة عن زلابية إندونيسية بالأسماك على البخار مع الخضار تقدم في صلصة الفول السوداني المشتقة من Shumai الصينية. هذا الطبق عبارة عن جزء كامل يأتي مع البطاطس المطهية على البخار ، والملفوف ، والبيض ، والقرع المر ، ويقدم مع صلصة الفول السوداني المسلوقة المشابهة لجادو-غادو. تعتبر وجبة خفيفة تشبه الدير سوم الصيني ، لكنها مخروطية الشكل.



## مقادير Siomay:

عجينة السمك

300 جرام فيليه مأكريل إسباني

1 ملعقة كبيرة زيت سمسم

1 بيضة

1 بصل أخضر مقطع إلى شرائح رفيعة

1 ملعقة صغيرة ملح

1 ملعقة صغيرة سكر

رشة فلفل

50 جرام من مسحوق التايبوكا

100 مل ماء

سيوماي

قطعتان من القرع المر ، مقطعتان إلى دوائر بقطر 2 بوصة ،

1 حبة توفو ، مقطعة إلى 4 مثلثات

## مرافقة

4 حبات بطاطس مقطعة إلى أرباع ومطهية على البخار

1 ملفوف منزوع البذور ومقطع ومبخر على البخار

8 بيضات مسلوقة / 8 حامض كافير

صلصة الصويا الحلوة / صلصة الفول السوداني

300 جرام فول سوداني محمص جاف / 4 فصوص ثوم

5 فلفل أحمر / 2 ملعقة كبيرة سكر / 2 ملعقة كبيرة ملح

## تحضير Siomay:

عجينة السمك

يُخفق المأكريل في محضر الطعام ، ثم يُنقل إلى وعاء ويخلط جيدًا مع باقي المكونات. اجلس جانبا.

سيوماي

نُحشى كل جولة من القرع المر بمعجون السمك.

استخرج الجزء الأوسط من التوفو واخلطه بكمية متساوية من معجون السمك وأعد حشو الخليط مرة أخرى في التوفو المجوف.

القرع المر المحشو بالبخار والتوفو المحشو حتى يخرج عود أسنان نظيفًا ، حوالي 10 دقائق.

اختياري: إذا كان لديك معجون سمك متبقي ، قم بإعداد ماء مغلي في إناء ، ثم أسقط ملعقة كبيرة من معجون السمك في الماء المغلي. ينضج معجون السمك تمامًا عندما يطفو على السطح.

صلصة الفستق

طحن الفول السوداني في محضر الطعام. نقل إلى وعاء الخلط.

سخني مقلاة وجفف الثوم والفلفل الحار ،

ثم قم بطحنها في محضر الطعام. أضف هذا إلى وعاء الفول السوداني.

أضف السكر والملح إلى الفول السوداني المطحون والثوم والفلفل الحار. اخلط جيدا. أضف كمية كافية من الماء لعمل عجينة سميكة.



## وصفة Sop Kambing

ما هو Sop Kambing؟ Sop Kambing هو حساء لحم الضأن شائع في المطبخ الماليزي والإندونيسي. إذا شعرت إندونيسيا بالبرودة الكافية لتستلزم الحساء الشتوي ، فستكون Sop Kambing أكثر شعبية. حساء قوي مع مرق أصفر مليء بالكرفس والطماطم وقطع كبيرة من لحم الماعز لقوام لذيذ ؛ بلمسة من الزنجبيل وأوراق الليمون والشمعدان والبصل الأخضر يضيفي عليها رائحة الفلفل التي تضيف نكهة منعشة إلى الأرض.

## مكونات Sop Kambing:

معجون التوابل:

4 ملاعق صغيرة بذور كزبرة

1 ملعقة صغيرة فلفل أبيض

1 ملعقة صغيرة بذور شمر

1 ملعقة صغيرة بذور كمون أو مسحوق

نصف ملعقة صغيرة مسحوق كركم

1 ملعقة صغيرة جوزة الطيب المبشور

مقبض من الزنجبيل الطازج المهروس

5 فصوص ثوم كاملة

1 بصلة كبيرة مقطعة أنصاف

7 ملاعق كبيرة زيت نباتي

حساء:

1 كغ من الضلوع والسيقان

2 لتر ماء

2 جزر متوسط الحجم مقطع إلى قطع 2 سم

2 حبات متوسطة الحجم مقشرة ومقطعة إلى أرباع.

10 قطع من أوراق الكرنب الأبيض ، مقطعة إلى قطع كبيرة

3 حبات طماطم حمراء مقطعة إلى أرباع

5 حبات هيل ، مصحوبة بكدمات

1 مقبض زنجبيل كبير

قليل من الملح

مقيلات:

كزبرة / كزبرة

رقائق الكراث المقلية

سامبال (اختياري)

## تحضير Sop kambing:

تحتاج أولاً إلى صنع عجينة التوابل. استخدم الهاون والمدقة وطحن الكزبرة والشمر والفلفل وبذور الكمون.

قشر الزنجبيل والثوم ، وأضيفهما مع مسحوق الكركم واستخدميه في عجينة.

قشري البصل وقطعيه إلى 8 قطع ، وتأكدي من أن كل طبقة سائبة ، سخني مقلاة على نار متوسطة ، أضيفي الزيت واقلي البصل.

يضاف معجون التوابل ويقلب حتى يتحرر العطر. نصيحة: احرص على عدم حرق العجينة وإلا فسيكون طعمها مرًا ومتفحًا. بمجرد أن يصبح البصل طريًا ، يُسكب المزيج في وعاء ويترك ليبرد لمدة عشر دقائق. اغسل الضلوع وانقعها بالملح والفلفل الأسود. يقلب جيدا ، يغطى ويترك لمدة ساعة. يُملأ القدر بماء بدرجة حرارة الغرفة ثم يُضاف الضلوع ويُوضع في الوعاء. اغسل الضلوع لإزالة الحثارة والتخلص من الماء.

في وعاء نظيف ، يُغلى الماء ويُضاف إليه حبات الهال المكدومة واليانسون النجمي وعود القرفة. أضيفي اللحم مع كل قطرة من خليط التوابل. اتركه يغلي لمدة 5 دقائق ثم غطيه واترك الحساء لينضج على نار خفيفة لمدة ساعتين على الأقل.

نصيحة: تعلم أن الحساء يكون جاهزًا عندما يصبح اللحم طريًا جدًا بحيث ينزلق بسهولة عن العظام. يُقدم في وعاء الحساء ويُزين بأوراق الكزبرة والكراث المقلي وبعض السامبال على الجانب





وصفة إيكان بكار  
ما هو إيكان بكار؟ إيكان بكار هو أحد الأسماك المشوية المشهورة جدًا وهو أحد الأطباق الإندونيسية الكلاسيكية للأسماك المشوية على الفحم. من الأفضل تقديم هذا الطبق مع الأرز العادي الدافئ والخيار وسمبال بجاك أو سامبال تيراسي. يمكن أيضًا لف هذه الأسماك المقلية وشويها في أوراق الموز حتى لا يلتصق الجلد بالشواية.



- مقادير إيكان بكار
- 1 سمكة كاملة منظفة
  - 1 ملعقة كبيرة عصير ليمون
  - 1 ملعقة كبيرة صلصة الصويا الحلوة
  - 25 جم سمن
  - انقع السمك
  - 3 شمعدانات
  - 3 كراث
  - 2 فص ثوم
  - 1 ملعقة كبيرة مسحوق كركم
  - 1 ملعقة صغيرة كزبرة
  - قليل من الملح
  - 1 ملعقة كبيرة زيت نباتي

تحضير إيكان بكار:  
نظف السمك وصنع شراحت من حوله.  
يُسكب عصير الليمون فوقه لتقليل رائحة السمك.  
امزج أو اطحن جميع المكونات المتبلة. ثم استخدمه لتبيل السمك. توضع جانباً لمدة ساعة على الأقل.  
عندما يتم امتصاصه بشكل كافٍ ، اشوي السمك وادهنه بالتبيلة المتبقية  
عندما يكون السمك على وشك أن يصبح جاهزًا ، ادهنه بصلصة الصويا الحلوة والسمن.  
استمر في الشوي حتى ينضج.



## وصفة Bebek Goreng

ما هو Bebek Goreng؟ Bebek Goreng هو طبق احتفالي بالي كلاسيكي يسهل طهيه في الشواء. البط رفيق شائع في حقول الأرز في جميع أنحاء إندونيسيا ، لكن هذا الطبق يستغرق وقتًا أطول من المتوسط في التحضير. تأتي البطة المقلية في كثير من الأحيان على شكل كتلة من العظام الصغيرة واللحوم الزيتية المقلية بشكل مفرط وتقدم عادة مع الأرز وفول الثعбан المطبوخ على البخار أو الخضار الصينية ، وسمبال ساخن.

## مكونات Bebek Betutu:

1 بطّة

1 سم كركم طازج مقطع إلى شرائح

200 جرام أوراق سبانخ ، مبشورة ومقطعة

1 عود قرفة أو قطعة من لحاء القرفة

1 لفة من أوراق الموز (اختياري)

معجون توابل

10 كرات ، مقطع

فصوص من رأس ثوم

4 شمعدانات ، مسحوقة

2 ملعقة صغيرة معجون روبيان ، محمص

خولنجان 1 سم

1 سم قطعة زنجبيل

1 سم كركم طازج

3 حبات فلفل أحمر مفرومة خشنة (اختياري)

1 ساق ليمون ، أوراق خارجية ، مفرومة

1 ملعقة كبيرة سكر نخل مبشور

1 ملعقة صغيرة فلفل أسود مطحون

2 ملعقة صغيرة بذور كزبرة ، مسحوقة

3 ملاعق كبيرة عصير ليمون

3 أوراق ليمون كافير مقطعة إلى شرائح

2 ملعقة كبيرة زيت فول سوداني

2 ملعقة كبيرة ماء

3 ملاعق صغيرة ملح

## إعداد Bebek Betutu:

سخن الشواية بغطاء، بدلاً من ذلك ، سخن الفرن مسبقًا إلى 160 درجة مئوية. اغسل البط من الداخل والخارج في وعاء من الماء مملوء بالكركم.

ضعي مكونات معجون التوابل في الخلاط واخلطيها حتى تحصلي على عجينة متكتلة.

يُمزج نصف العجينة مع أوراق السبانخ ويترك جانبا.

افركي العجينة المتبقية على البط من الداخل والخارج. نحشو تجويف البط بخليط السبانخ وعود القرفة أو لحاء القرفة.

لف البط جيداً بورق الموز أو ورق القصدير. سواء باستخدام الأوراق أو ورق القصدير ، لف الطرد بطبقة أخيرة من ورق

الألمونيوم. ضع الطرد على صينية الفرن.

اطبخ البطة في الشواء لمدة 4 ساعات. بدلاً من ذلك ، اطهيه في الفرن لمدة ساعتين ، ثم اخفضي درجة الحرارة إلى 120

درجة مئوية واطهيه لمدة ساعتين إضافيتين.

أخرجيها من الشواية أو الفرن وصفي العصائر في قدر. يُطهى على نار خفيفة حتى ينخفض قليلاً ويُمزج مع القليل من حشوة

البط. قدميها في وعاء بجانب البط.





## وصفة Otak-Otak

ما هو Otak-Otak؟ عبارة عن كعكة سمك مشوية مصنوعة من لحم السمك المفروم الممزوج بنشا التابيوكا والتوابل ملفوفة بأوراق الموز قبل شويها على الفحم، إنه معروف على نطاق واسع في جميع أنحاء إندونيسيا، من الأفضل تقديم هذا الطبق مع الفلفل الأحمر الممزوج بصلصة الصويا المخمرة ، ولكن في جاكرتا يرافقه صلصة الفول السوداني في كل مكان.



### مكونات Otak-otak:

2 م من أوراق الموز

1 بيضة

3 أوراق ليمون كافير مقطعة إلى شرائح

325 فيليه سمك النهاش أحمر أو شرائح سمك بيضاء صلبة ،

نصف كوب حليب جوز الهند

50 ورقة تنبول

معجون توابل

1 بصلة مفرومة

4 فلفل أحمر طويل مقطع إلى شرائح

3 فلفل حار أحمر جاف كبير ، منقوع في ماء ساخن لمدة 10 دقائق

½ ساق عشب الليمون ، جزء أبيض فقط ، مقطع شرائح

نصف ملعقة صغيرة كركم مطحون مفروم

1 ملعقة صغيرة معجون روبيان مجفف

### تحضير Otak-otak:

ستحتاج إلى 10 أعواد أسنان لهذه الوصفة.

توضع أوراق الموز في قدر من الماء المغلي لمدة 5 دقائق أو حتى تنضج. انتعش الأوراق في وعاء من الماء المثلج. صفها على منشفة ورقية وضعها جانباً.

لعمل معجون توابل ، قم بمعالجة جميع المكونات و 1 ملعقة كبيرة ماء في معالج الطعام إلى عجينة ناعمة ، مع إضافة المزيد من الماء إذا لزم الأمر.

انقلي المزيج إلى وعاء كبير ، أضيفي نصف ملعقة صغيرة من الملح والبيض وأوراق الليمون الكفيري وقلبي حتى يتجانس. يُضاف السمك ، ويُقلب حتى يتماسك ، ثم يُضاف حليب جوز الهند تدريجياً. يخلط ويوضع جانباً.

لعمل الطرود ، ضع قطعة واحدة من أوراق الموز على سطح مستوي بحيث تكون الحافة الطويلة في مواجهتك.

ضع 3 أوراق تنبول ، بحيث يكون الجانب اللامع للأسفل ، في وسط ورقة الموز. أضيفي ملعقة كبيرة ممتلئة من خليط السمك وضعي عليها 2 ورق تنبول آخر. اطو الحافة الطويلة الأقرب إليك من الحافة العلوية ، وأرفق الحشوة ، ثم اطو الحواف القصيرة حتى تتداخل في المنتصف. ثبته باستخدام عود أسنان.

كرر تعبئة الطرود وطبها مع باقي أوراق الموز وأوراق التنبول ومزيج السمك.

ضعي الطرود في قدر بخاري كبير فوق قدر من الماء المغلي وأتركه على البخار لمدة 10 دقائق أو حتى يتماسك الحشو.



## وصفة البابايا

ما هو دون بابايا؟ البابايا هي واحدة من أسرع الأشجار نموًا في جنوب شرق آسيا ، وأوراقها المرة رائعة للقلبي. توفر هذه الأوراق تغذية رائعة لكل الناس في جميع أنحاء العالم. هذا الطبق شائع في مانادو ويفضل تقديمه مع الأرز الدافئ.



### مكونات Daun Papaya:

- 150 جرام من أوراق البابايا الطازجة
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 50 جرام تيري ميدان
- 1/4 ملعقة صغيرة من صودا الخبز
- 4 كرات ، مقطع ناعم
- 2 فص ثوم ، مقطع ناعم
- 2 سم الخولنجان
- 1 ورقة غار إندونيسية
- 3 فلفل حار عين الطائر ، مقطوع بزاوية
- 75 مل ماء
- قليل من الملح
- قليل من السكر

### إعداد دون بابايا:

افركي الملح فوق أوراق البابايا واعصريها حتى تذبل ثم اشطفيها بماء حبة البركة. في قدر ، يُضاف الماء ويُغلى المزيج. أضف أوراق البابايا وصودا الخبز حتى تنضج. صفيها وقطعيها إلى قطع أصغر. يُسخن الزيت في مقلاة ، يُضاف الكرات والثوم والخولنجان وأوراق السلم ويُمزج حتى تفوح رائحته. تُضاف أوراق البابايا والفلفل الأحمر الحار و 75 مل من الماء والملح والسكر. يقلب بشكل متساو ويترك البهارات تمتص لبضع دقائق. يُضاف تيري ميدان ويُحرّك ويُرفع عن النار.





وصفة جورنجان  
ما هو جورنجان؟ جورنجان ليس أكثر من مجموعة متنوعة من الأطعمة المقلية ، ولكنه أكثر الوجبات الخفيفة إنتاجًا في إندونيسيا. أي إضافات مثل الموز المقلي ، الكسافا الحلوة المقلية ، الملقوف الأبيض ، الفاصوليا الخضراء والجزر هي مجرد واحدة من العديد من المكونات التي يمكن استخدامها في هذا الطبق المقلي.

مكونات جورنجان:  
ملقوف أبيض مقطع  
فاصوليا خضراء مفرومة  
الجزرة ، صر  
1 أو 2 بيضة حسب كمية الخضار التي ستقليها ، اخفقيها قليلاً  
دقيق لجميع الأغراض ، يكفي فقط لتكثيف العجين إلى القوام الصحيح  
قليل من الملح  
رشة فلفل  
بعض قطرات الماء  
زيت القلي

تحضير جورنجان:  
يُمزج البيض المخفوق والطحين والملح والماء والأعشاب في وعاء. اخلطيها مع قوام فطيرة.  
ضعي الخضار المقطعة في هذا الوعاء واخلطيهم جيدًا.  
سخني الزيت في مقلاة مسطحة حتى يصبح ساخنًا جدًا ولكن ليس قريبًا من الاحتراق.  
اسكبي الخليط بالملعقة واقليه حتى يصبح لونه بنيًا ذهبيًا.



وصفة إندومي  
ما هي الإندومي؟ Indomie هي علامة تجارية للمعكرونة سريعة التحضير من Indofood ، أكبر مصنع للمعكرونة الفورية في إندونيسيا مع 72٪ من حصة السوق. تُباع في محلات البقالة وأم القرية ومحلات البوب وحتى من سلة الدراجات ، لا تطلب Indomie أكثر من الماء الساخن وعلبة من النكهات الناتجة عن المواد الكيميائية.



مكونات إندومي:

2 عبوة إندومي

¼ بصل أحمر

فص ثوم

1 آتا رودو

1 ملعقة كبيرة زيت زيتون

2 ملاعق طبخ من الحساء

لحم مبشور

حفنة من البقدونس المفروم

كوب ماء

تحضير الإندومي:

يقطع البصل إلى مكعبات ويوضع جانبا

في قدر ، سخني زيت الزيتون واقلي المكونات المقطعة لمدة دقيقة.

أضيفي كوتا من الماء إلى القدر ، متبوعًا بالرقائق والبهارات الإندومي

اتركيه ليغلي وسيخلق مرقا متبلا

تضاف نودلز الإندومي وتغلي لمدة 5-7 دقائق.





#### وصفة باوانج جورينج

ما هو باوانج جورينج؟ باوانج جورينج عبارة عن طبق من خليط البصل والملح بالإضافة إلى التوابل المختلفة حتى تقطيعها ناعما ثم تقلى بالزيت الساخن حتى يتحول لونها إلى البني الفاتح وتقوح رائحتها وتكون الرفع جاهزة للتقديم. يُزرع هذا الطبق عموماً في العديد من الأطباق الإندونيسية كمُحسِّن للنكهة والتكئة.

#### مكونات باوانج جورينج:

1 ملعقة كبيرة زيت الفول السوداني  
6 كرات

#### تحضير باوانج جورينج:

قشر الكرات وقطعه إلى شرائح رقيقة قدر الإمكان باستخدام مندولين أو سكين حاد للغاية. انشر شرائح الكرات في طبقة رقيقة على صينية كبيرة ، بحيث تتداخل بأقل قدر ممكن يُسكب زيت الفول السوداني في قدر صغير ثقيل إلى عمق 1 بوصة. يُسخن على نار متوسطة عالية حتى يسجل مقياس حرارة القلي العميق 325 \* فهرنهايت. يعمل على 5-6 دفعات صغيرة ، يُضاف الكرات إلى الزيت ويُقلّى مع التحريك باستمرار حتى يضيء بني ذهبي حوالي 1/2 دقيقة للحصول عليها ذهبية تماماً. قم بإزالة الكرات من الزيت بملعقة مشقوقة وصفيها على طبق مبطن بمنشفة ورقية (سيصبح دافئاً قليلاً أثناء الجلوس). لتهدأ.





#### وصفة كروبوك أودانغ

ما هو كروبوك أودانغ؟ كروبوك أودانغ عبارة عن مقرمشات مقلية مصنوعة من النشا ومكونات أخرى تعمل كمنكهات. هذه عبارة عن مقرمشات صغيرة الحجم : نظير الرقائق (أو رقائق البطاطس) في المطبخ الغربي. إنها وجبة خفيفة شهيرة في أجزاء من إندونيسيا.

#### مقادير كروبوك أودانغ:

4 رقائق بسكويت ويفر روبان مجفف  
زيت للقلي

#### استعدادات كروبوك أودانغ:

سخني الزيت في مقلاة كبيرة أو مقلاة ثقيلة على نار متوسطة.  
عندما يكون الزيت ساخنًا ، أضف الرقائق الأكبر حجمًا واحدًا تلو الآخر ، واسكب الزيت فوقها أثناء الطهي - يجب أن يكون الزيت ساخنًا بدرجة كافية لجعلها تنتفخ في غضون 2-3 ثوانٍ من سقوطها. جربها بقطعة صغيرة أولاً.  
إذا لم يكن الزيت بدرجة الحرارة المناسبة ، فسيكون قاسيًا وجلديًا وليس هشًا وذوبانًا. من ناحية أخرى ، إذا كان الزيت ساخنًا جدًا ، فسوف يتحول إلى اللون البني بسرعة كبيرة.  
قم بإزالة الرقائق بملعقة مشقوقة وصفيها على منشفة ورقية (توضع على رف سلكي - هذا سيبقي الرقائق هشة).  
تبرد جيدًا قبل تخزينها في حاوية محكمة الإغلاق.



## وصفة أيام بكار بومبو روجاك

ما هو بومبو روجاك؟ بومبو روجاك هي صلصة بومبو روجاك حلوة وحارة مصنوعة من الماء ، جولا جاوا ، أسام جاوا ، فول سوداني سوتيه مطحون ، معجون تيراسي روبيان ، ملح ، قفل عين الطير ، وقفل أحمر حار. تتناسب هذه الصلصة مع الفاكهة والدجاج وأنواع مختلفة من اللحوم.



### المقادير أيام بكار بومبو روجاك:

- 1 دجاجة كاملة مقطعة إلى 8 أو 10 قطع
- 500 سم مكعب من حليب جوز الهند
- 1 ملعقة كبيرة زيت نباتي
- 1 ساق من عشب الليمون الطازج (سيره)
- معجون توابل
- 6 كراث أو 1 بصلة حمراء متوسطة
- 3 فصوص ثوم
- 4 فلفل أحمر كبير ، مصنف
- 2 فلفل عيون طائر (إذا كنت لا تحبه حار ، فتخط هذا)
- 5 شمعانات
- 1 سم زنجبيل
- 1 ملعقة صغيرة مسحوق كركم
- رشة ملح وسكر

### تحضير أيام بكار بومبو روجاك:

انقع الدجاج بالملح. اجلس جانباً  
سخن الفرن على 180 درجة مئوية.  
امزج أو اطحن معجون التوابل. اجلس جانباً.  
عندما يصبح الفرن جاهزاً ، اخبز الدجاج لمدة 45 دقيقة. يمكنك أيضاً شواء الدجاج على شواية الفحم.  
سخني ملعقة كبيرة من الزيت واقلي معجون البهارات مع عشب الليمون حتى تفوح رائحته. نضيف الدجاج مع التحريك جيداً.  
ثم أضيفي زيت جوز الهند واستمري في الطهي حتى تمتص الصلصة.





#### وصفة Kecap Manis

ما هو Kecap Manis؟ Kecap Manis هي صلصة شهيرة تشبه صلصة الصويا الحلوة بنكهة الثوم أو اليانسون. Kecap manis موجود في العديد من الأطباق الإندونيسية الغذائية ، ولكنه محلى بسكر النخيل ويستخدم كتوابل. الصلصة عبارة عن سائل أسود كثيف وليست مالحة على الإطلاق ولها نكهة كريمة غنية جدًا.

#### مكونات Kecap Manis:

- 12 كوب سكر بني
- 3/4 كوب صلصة صويا داكنة
- 3 فصوص ثوم مهروسة
- 1/2 ملعقة صغيرة يانسون نجمي
- شريحتان من الزنجبيل الطازج
- 1/2 كوب ماء

#### تحضير Kecap Manis:

- كراميل السكر في قدر على نار خفيفة مع التحريك باستمرار.
- عندما يذوب السكر أضيفي باقي المكونات.
- يُغلى المزيج مع التحريك باستمرار حتى يذوب السكر تمامًا.
- خففي الحرارة واطبخي لمدة 10 دقائق إضافية.
- يرفع عن النار ويترك ليبرد.
- تصب في زجاجة وتخزينها في الثلاجة.



## وصفة Rempeyek Kacang

ما هو Rempeyek Kacang؟ Rempeyek Kacang عبارة عن فول سوداني هش مصنوع بشكل عام من الدقيق الممزوج بالماء بحيث يُعطى العجين ومواد الحشو مثل الفول السوداني والسمك المملح وحتى القليل ، حتى العث أو الجنادب.



### مكونات Rempeyek Kacang:

- فول سوداني مقرمش مقرمش
- 400 جرام من دقيق الأرز
- 1/2 ملعقة كبيرة من دقيق التابيوكا
- 1/2 كجم فول سوداني مقشر أولاً
- 4 قطع بندق
- 4 فصوص ثوم
- 1 ملعقة صغيرة من مسحوق الكزبرة
- 250 سم مكعب من حليب جوز الهند
- 100 سم مكعب من الماء
- 1 بيضة
- 1 ملعقة كبيرة ماء بياض (إذا كنت ترغب في الاستخدام)
- 5 قطع من أوراق الليمون ، مقطعة إلى شرائح رقيقة (إذا أردت الاستخدام)
- ملح للتذوق
- زيت الطهي حسب الرغبة

### إعداد Rempeyek Kacang:

أولاً ، خذي الوعاء وأضيفي البيض والثوم وجوزة الطيب ومسحوق الكزبرة والملح والماء ، ثم اخلطيها حتى تصبح ناعمة. ثم تُمزج البهارات مع الماء وحليب جوز الهند ودقيق الأرز ودقيق التابيوكا والفول السوداني وأوراق الليمون. ثم يقلب حتى يتوزع بالتساوي. قم بتسخين الزيت ، ثم أدخل الخليط شيئاً فشيئاً عند الحواف لتشكيل قرص رفيع ، على نار متوسطة حتى kecoklatan. angkat ، صفيها ، و صفيها ، وانتهت.



## وصفة كاري الدجاج الجاوي

ما هو الدجاج الجاوي كاري؟ كاري الدجاج الجاوي هو طبق إندونيسي مثالي معروض لدجاج مجاني عالي الجودة. ستحقق القطعة الكاملة ، المقطعة إلى قطع صغيرة ، أفضل النتائج ، على الرغم من أنه يمكن استبدال أجزاء الدجاج الكاملة دون المساس بمذاق الطبق. عادة ما يأتي هذا الطبق مع أوراق dun salam ، وهي عشب التوابل المجفف الذي تم تقديره في الطبخ الإندونيسي ، مما يساعد على إعطاء هذا الطبق رائحته الفريدة



### مقادير كاري الدجاج الجاوي:

- 3 ملاعق كبيرة زيت
- 8 قطع دجاج بالعظم
- 6 أكواب حليب جوز الهند رقيق
- 3 أوراق غار
- 2 ورق ليمون كافير
- 2 حبة ليمون ، كدمات ومعقدة
- 1 ملعقة كبيرة سكر نخيل
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة صغيرة عصير تمر هندي
- طحن ما يلي إلى معجون التوابل
- 100 جرام كراث
- 4 فصوص ثوم
- 6 شمعدانات
- 1 إنش زنجبيل
- 1 بوصة جالانجال
- نصف ملعقة صغيرة مسحوق كركم
- نصف ملعقة صغيرة مسحوق كمون
- ملعقة صغيرة فلفل أبيض مطحون on

### مقيلات

#### رقائق الكراث المقلية

شراء كاري جافا: انقر هنا

تحضير الدجاج الجاوي بالكاري:

يُحمى الزيت في مقلاة ويقلى معجون التوابل حتى تفوح رائحته ، حوالي 3 إلى 5 دقائق.

يُضاف الدجاج ويُطهى حتى يختفي اللون الوردي.

أضف حليب جوز الهند الرقيق وباقي المكونات. يُغلى المزيج ويُخفّف النار ويترك على نار خفيفة حتى ينضج الدجاج وتقل الصلصة وتصبح سمكة.

أطفئي النار وانقليها إلى وعاء التقديم وزينيها برقائق البصل المقلي وقدميها مع الأرز الأبيض المطهو على البخار.



## وصفة ناسي كونينج

ما هو ناسي كونينج؟ يُطلق على Nasi Kuning أحيانًا اسم Nasi Kuningit ، وهو طبق أرز إندونيسي أصفر شائع يتم تقديمه خلال المهرجانات الاحتفالية أو العطلات أو المناسبات الخاصة في البلاد - خاصة في جزيرة Java. هذا الطبق مطبوخ بطيب جوز الهند والكرم. قد يأتي في شكل مخروط يسمى tumpeg وعادة ما يؤكل خلال المناسبات الخاصة. في الوقت الحاضر ، يمكنك الاستمتاع بـ Nasi Kuning على الإفطار أو قائمة الطعام المصنوعة منزليًا نظرًا لأنها تُباع الآن بشكل شائع في الأسواق التقليدية الصباحية أو يمكننا إعدادها في المنزل ببساطة بمساعدة طبخ الأرز

### مكونات ناسي كونينج:

- 1 كوب أرز
- 2 كوب ماء
- 12 كوب طيب جوز الهند
- 2 إنش قطعة من عشب الليمون الطازج
- 2 ورق غار
- 1 ملعقة صغيرة كركم
- 1/2 ملعقة صغيرة ملح

### تحضير ناسي كونينج:

سحق الليمون بحافة السكين لإخراج الرائحة.  
اخلطي جميع المكونات معًا في قدر.  
يوضع على الموقد حتى يبدأ في الغليان.  
اخفض الحرارة. غطي المزيج واطهيه حتى ينضج الأرز وامتصاص الماء.  
إزالة أوراق الغار والليمون قبل التقديم.





## وصفة كوكيز قهوة كابتشينو

ما هي كوكيز قهوة كابتشينو؟ كوكيز قهوة كابتشينو هي بسكويت لتغمس في قهوتك. سواء كنت من النوع التقليدي من بسكويت الشاي الغني ، أو كنت ترغب في أن تكون أكثر تعبيراً قليلاً وتذهب إلى شوكولاتة دايجستيف ، يستمتع معظمنا بتغميس البسكويت الجيد.



مكونات كوكيز قهوة الكابتشينو:

1 ملعقة صغيرة مسحوق إسبرسو سريع التحضير

1 ملعقة صغيرة فانيليا

1 كوب زبدة طرية

1/2 كوب سكر حلويات

1-2 / 4 أكواب طحين لجميع الأغراض

1 ملعقة كبيرة كاكاو الخبز

1/4 ملعقة صغيرة ملح

1/4 ملعقة صغيرة قرفة مطحونة

سطح أملس:

2 كوب سكر حلواني

1/4 كوب قهوة باردة

4 ملاعق صغيرة زبدة ذائبة

1/4 ملعقة صغيرة قرفة مطحونة

30 حبة بن مغطاة بالشوكولاتة

تحضير كوكيز قهوة كابتشينو:

في وعاء صغير ، قم بإذابة مسحوق الإسبريسو بالفانيليا.

في وعاء كبير ، كريمة الزبدة وسكر الحلويات حتى تصبح خفيفة ورقيقة. يخفق في خليط الفانيليا. يُمزج الدقيق والكاكاو والملح والقرفة : يضاف تدريجياً إلى خليط الكريما ويخلط جيداً. غطيه وضعيه في الثلاجة لمدة 30 دقيقة أو حتى يسهل التعامل معه.

شكل في 1 في. كرات. ضع 2 بوصة بعيداً على ورق الخبز غير المدهون : تنسطح قليلاً. اخبزها على حرارة 400 درجة لمدة 7-9 دقائق أو حتى تنضج. يجب عليك ان تزيل السلم لكي يبرد تماماً.

في وعاء صغير ، اخلطي السكر والقهوة والزبدة والقرفة. اغمس كل ملف تعريف ارتباط في خليط القهوة : السماح للتقطير الزائد. توضع على صينية خبز مغطاة بورق مشمع وتوضع فوقها حبة قهوة. يبرد حتى يضبط. المحصول: 1-2 / 2 دزينة.



## وصفة Krupuk Ubi Kayu (كسارات الكسافا)

ما أنا كروبوك أوبي كايو؟ Krupuk Ubi Kayu عبارة عن تكسير نشا الكسافا موجود في كل مكان في إندونيسيا. هذه المقرمشات رائعة مع العديد من المشروبات المتخصصة.

مكونات كروبوك أوبي كايو:

1 كجم الكسافا ، شرائح رقيقة

1 ملعقة صغيرة كابور سيريه



يوميو:

5 كرات

1 ملعقة كبيرة خل

4 فصوص ثوم

ملح للتذوق

2 لومبوك

10 نيوت

زيت الطهي

اشتر KRUPUK UBI KAYU: انقر هنا

تحضير Krupuk Ubi Kayu:

دع شرائح الكسافا نصف ساعة في الماء مع كابور سيريه أسابيع.

اصنعي عجينة من البهارات واطهيها على نار خفيفة حتى تصبح عجينة سميكة. أضف الخل حسب الرغبة واتركه يبرد.

جفف شرائح الكسافا المصفاة على ورق مطبخ أو قطعة قماش جافة. تُخيز شرائح الكسافا في زيت ساخن نصف مطبوخ.

ضعهم بجانب بعضهم البعض على ورق المطبخ وتأكد من عدم التصاقهم ببعضهم البعض.

اقلبها حتى تصبح مقرمشة بالزيت الساخن مرة أخرى. ضع الرقائق على مناشف ورقية.

اتركها تبرد واخلطها من خلال عجينة الأعشاب الباردة. أريد البسكويت أقل سخونة ، ثم اترك طريقة نيوتس.





#### وصفة شوفان يادي (إمبينج بيلينجو)

ما هو شوفان اليادي؟ Padi Oats المعروف أيضًا باسم Emping Belinjo هو تكسير إندونيسي قائم على الروبيان مصنوع من المكسرات Melinjo. يعد Padi Oats واحدًا من العديد من الوجبات الخفيفة التقليدية التي انتشرت في العديد من الأماكن والمقاطعات في جاوة ، هذا الطعام مصنوع من بذور Gnetum gnemon التي تعيش في الجنوب الشرقي آسيا؛ عادةً ما تستخدم البذور لصنع حساء الخضار الحامض أو رقائق البسكويت مثل Emping belinjo.

#### مقادير شوفان اليادي:

- 1 كيلو بذور ميلينجو
- موتة الاسمنت
- الملعقة المسطحة
- شراء شوفان PADI: انقر هنا
- تحضير شوفان اليادي:

#### الخطوة الأولى تأخذ بذور Melinjo من الشجرة

ثم قشر الجلد من البذور.  
شوي الميلنغو في المقلاة لكن لا تستخدم زيت القلي. بعد ذلك ، تحطمت الميلنغو حتى استواء وتنظف الجلد منها.  
جفف Melinjos التي كانت مسطحة تحت أشعة الشمس ، انتظر حتى تصبح جافة وقاسية.  
يقلل Melinjos الجافة في مقلاة باستخدام زيت القلي. (انتظر حتى تنضج جيدًا) ثم ارفع.



#### مشروب الحليب بالصودا

- ١ علبة صغيرة من الحليب المكثف .
- ١ علبة من مشروب الصودا.
- نصف كوب قطع من الثلج.
- ١ ملعقة من سكر استيفا.

#### التعليمات

- تضع الثلج في كوب كبير .
- ثم نضيف علبة الحليب المكثف.
- بعد ذلك نضيف مشروب الصودا .
- نضيف ملعقة كبيرة من سكر استيفا.
- ثم يقلب
- ينصح تناولة بعد الطعام مباشرة أو في وقت الصيف الحار .





### مشروب الكنشور

#### المكونات

- ١ حبة من جذور الكنشور الطازج .
- ١ حبة من جذور الكركم الطازج .
- ١ حبة من جزور الجنزبيل .
- ١ ملعقة كبيرة من سكر النخيل البنى .
- براد شاي .
- ٢ كوب ماء .
- مصفاة شاي .

#### التعليمات

- تقطع الجذور شرائح أو تغرم بالخلاط .
- تضع فى براد شاي بة الماء الحار .
- عند بداية الغلايان تضيف سكر النخيل البنى ويقلب حتى يمزج بالماء .
- بعد ربع ساعة من الغلايان تصب المشروب فى كأس عن طريق المصفاة .
- تناول المشروب على الصباح الباكر قبل الفطور أو قبل النوم .



الكومبوت هو kolak ،

مكونات

ميدافين

500 جرام من الكسافا (إندونيسي: كسافا) مقشر

6 أكواب ماء

3/4 كوب حليب جوز الهند

2 ورقة باندان معقودة

ملح 1/2 ملعقة صغيرة

500 جرام بطاطا حلوة (إندونيسي: بطاطا حلوة) مقشرة ومقطعة إلى أسافين صغيرة الحجم

125 جرام من سكر النخيل (إندونيسي: سكر جاوي)

500 جرام من لسان الحمل الناضج (إندونيسي: كيبوك موز / هورن موز) ، مقطّع إلى شرائح بحجم بوصة واحدة

تعليمات

تحضير قدر بخاري ، بخار الكسافا حتى تنضج ، حوالي 30 دقيقة. قم بإزالته من قدر البخار ، وقطع الكسافا إلى نصفين بالطول

، وإزالة اللب الصلب ، وتقطيعه إلى أسافين بحجم لدغة. اجلس جانباً.

يُضاف الماء وربع كوب من حليب جوز الهند وأوراق الباندان والملح في قدر. اطبخي حتى يغلي السائل بالكاد. تأكد أكثر من

بقاء السائل في درجة غليان بالكاد طوال فترة الطهي.

تُضاف البطاطا الحلوة وسكر النخيل ، ويُطهى لمدة 15 دقيقة.

يُضاف موز الصبا والكسافا ويُطهى لمدة 15 دقيقة أخرى.

يُضاف حليب جوز الهند المتبقي (1/2 كوب) ويُطهى لمدة 15 دقيقة أخرى. قلب كثيراً.

أطفئي النار وقدميها ساخنة أو دافئة

تُباع خلال شهر رمضان. المكون الرئيسي لهذا الإصدار من الكومبوت هو kolak هي نسخة شائعة من Kolak kolang kaling (فاكهة النخيل) kolang-kaling



# Culinary Herbs



**Oregano**

*Origanum vulgare*

Uses: vegetables, roast beef, lamb, chicken, pork, fish, stuffing, pasta, pizza, soup, bread



**Dill**

*Anethum graveolens*

Uses: fish, meat, sauce, vegetables, pickles, soups, stews, dips, potatoes, bread



**Parsley**

*Petroselinum crispum*

Uses: egg, fish, poultry, veal, pork, vegetables, potatoes, pasta, soup  
Combine With: chives, chervil, tarragon (fines herbes), basil



**Chervil**

*Anthriscus cerefolium*

Uses: soup, omelettes, roasted chicken, salad, dressing, fish (add fresh leaves toward the end to preserve flavor)  
Combine With: parsley, chives, and tarragon (fines herbes)



**Thyme**

*Thymus vulgaris*

Uses: fish, poultry, soup, eggs, tomatoes, lamb, veal, croquettes  
Combine With: parsley, bay, rosemary



**Sage**

*Salvia officinalis*

Uses: pork, poultry, lamb, sausage, stuffing, salad, cheese, vegetables, seafood, bread



**Chives**

*Allium schoenoprasum*

Uses: potatoes, omelettes, pasta, soup, salad, chicken, spreads  
Combine With: parsley, chervil, tarragon (fines herbes)



**Tarragon**

*Artemisia dracunculoides*

Uses: egg, poached fish, mushroom, vegetables, chicken, salad dressing  
Combine With: parsley, chervil, chives (fines herbes)



**Basil**

*Ocimum basilicum*

Uses: tomatoes, pesto, sauce, pizza, pasta, salad  
Combine With: garlic, parsley



**Cilantro (Coriander)**

*Coriandrum sativum*

Uses: mexican cuisine, salsa, soup, stew, chicken, rice, curry, avocado, tomato  
Combine With: cumin, curry seasoning



**Rosemary**

*Rosemarinus officinalis*

Uses: lamb, pork, veal, chicken, potatoes, vegetables, squash, salad dressing, bread  
Combine With: italian herbs



**Mint**

*Mentha spp.*

Uses: lamb, vegetables, yogurt dressings, bread, iced tea, soup, fish, poultry, desserts





FINE HERBS



BAY LEAVES



ALLSPICE



DILL WEED



ANISE SEED

# Spices



BASIL



CARDAMOM



CARAWAY SEED



GROUND GINGER



CUMIN



CORIANDER



CLOVE



CARAWAY SEED



JUNIPER BERRY



FENNEL SEED



FRESH GINGER



CAYENNE PEPPER





crushed red pepper



garlic powder



paprika



oregano



dried thyme



black pepper



onion powder

2 | May's Curry



1 | Cinnamon



3 | Cloves



7 | Mace



5 | Vanilla Bean



6 | Cumin

4 | Cardamom



9 | Chile



10 | Peppercorns



8 | Nutmeg



12 | Star Anise



11 | Nigella  
Seeds



13 | May's Garam  
Masala





**Dried red  
chilies**



**Bay leaf**



**Black salt &  
amchur powder**



**Fennel  
seeds**



**Coriander  
seeds**



**Cloves**



**Cinnamon  
sticks**



**Peppercorns**



**Cumin  
seeds**



**Black  
cardamom**



**Curry  
leaves**





**Stone Flower**



**Dried Fenugreek Leaves**



**Fennel Seeds**



**Carom Seeds  
Thymol**



**Black Cumin**



**Black Pepper**



**Melon Seeds**



**White Sesame Seeds**





**Red Chili**



**Caraway Seeds**



**Mace**



**Nut Meg**



**Star Anise**



**Bay Leaf**







CUMIN



CURRY POWDER



GARAM MASALA



GROUND CORIANDER



SALT





BROWN OR COCONUT SUGAR



PAPRIKA



CUMIN



CINNAMON



GINGER



CLOVES



SALT



PEPPER



CAYENNE













Tel. 0250. 112.303

JPM/RI/ID/145310070138

Diproduksi oleh Produced by  
PT. IKAFOD PUTRAMA  
BANDUNG - INDONESIA  
Customer Service :  
P.O. BOX 1188041 Jakarta 11002









Berisi/Berat Bersih : 350g (12.3 OZ)  
BPOM RI MD 145910058138

Diproduksi oleh/Produced by:  
**PT. IKAFOOD PUTRAMAS**  
BANDUNG - INDONESIA



































التوابل الإندونيسية تحتوي على نوعين ، توابل ناشفة

مطحونة ، توابل طازجة مطحونة .

التوابل الناشفة

١ جزور جنزيبيل الخلجان.

٢ جزور جنزيبيل الكنشور.

٣ جزور الكركم.

٤ ثمرة جوز الطيب.

٥ حبوب الكمون.

٦ حبوب الكتبرة.

٧ حبوب الهيل أو الحبهان.

٨ نبات القرفة.

٩ نبات القرنفل.

١٠ بذور الفلفل الأسود و الأبيض.

١١ بذور الخردل .

١٢ بذور اليانسون النجمي.

١٤ بذور الشمر.

التوابل الطازجة

١ جزور جنزيبيل الخلجان الاحمر.

٢ جزور الجنزيبيل الأبيض.

٣ جزور الجنزيبيل الكنشور الاصفر.

٤ عشبة الليمون.

٥ ورق كافير الليمون.

٦ ورق السلام، الغار.

٧ جزور الكركم.

٨ نبات الثوم الأبيض.

٩ نبات البصل شالوت الأحمر.

١٠ نبات الفلفل الحار الأخضر والأحمر.





